**Психологический тренинг**

 **«Мы вместе!»**

Родительское собрание в форме тренинга для родителей

обучающихся с ОВЗ.

Выполнила:

Лошкарёва Татьяна Алексеевна,

педагог - психолог

муниципального общеобразовательного

бюджетного учреждения «Средняя

общеобразовательная школа № 4»

пгт. Пойковский, Нефтеюганского района

**Психологический тренинг**

 **«Мы вместе!»**

Родительское собрание в форме тренинга для родителей

обучающихся с ОВЗ.

**Пояснительная записка.**

 Работа с родителями является одним из важнейших аспектов работы педагога-психолога школы, направленной на сохранение психологического здоровья детей через формирование общего воспитательного «поля» вокруг ребёнка, обеспечивающего согласованность воздействия взрослых. Школа уделяет большое внимание работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья, но успешное решение задач воспитания и обучения этих обучающихся возможно только при условии взаимодействия семьи и школы. Сотрудничество семьи и школы становится всё более актуальным и востребованным. Работе с родителями детей с ОВЗ неслучайно уделяется достаточно большое внимание.

 Многие педагоги говорят о том, что родительские коллективы не дружественны, не сплочённые, а ведь для школы очень важна тесная связь детей и родителей. Психологами всего мира отмечается, что родители, воспитывающие детей с ОВЗ изо дня в день испытывают колоссальное эмоциональное напряжение. Ответственность и сложность «родительского труда», усугублённая бытовыми проблемами и заботами увеличивают риск развития депрессивных состояний, что крайне сильно влияет на любого человека, подрывая его физическое и психическое здоровье, желание и умение радоваться жизни, быть счастливым. Поэтому зачастую для таких родителей школьные проблемы, вопросы жизнедеятельности класса, школы и взаимодействие с другими родителями уходит на второй план.

Одна из основных форм совместной работы с родителями - родительское собрание. На нём обсуждаются и принимаются решения по наиболее важным вопросам жизнедеятельности классного сообщества и воспитания, обучающихся в школе и дома. Главным его предназначением является его согласование, координация и интеграция усилий школы и семьи в создании условий для развития духовно богатой, нравственно чистой и физически здоровой личности ребёнка. Нередко родительские собрания проводятся и для того, чтобы повысить педагогическую культуру родителей, активность их роли в жизни класса, ответственность за воспитание обучающихся. И, конечно, многое зависит от сплочённости родительского коллектива, от умения родителей работать в команде.

Предлагаемый мной сценарий родительского собрания «Мы вместе!» разработан в форме тренинга, который позволит родителям не только познакомиться, но и ближе узнать друг друга. В тренинговой программе создаются условия, при которых актуализируются имеющиеся навыки, либо создаются новые как путём самостоятельной отработки, так и путём наблюдения за другими участниками.

При подборе упражнений, подготовке и проведении тренинга нужно помнить об основных принципах работы тренинговой группы: активности, творческой позиции, осознания поведения, партнёрского общения, добровольности и непредвзятости.

Определить правовые основы организации этого мероприятия позволяют следующие документы: Закон РФ “Об образовании”, Письмо МО РФ № 28-51-513/16 «Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования» от 27.06.2003, положение о психологической службе МОБУ «СОШ №4», должностная инструкция педагога - психолога.

Сценарий тренинга для родителей
«Мы вместе!».

Тренинг направлен на сплочение родительского коллектива, снятие эмоционального напряжения, развитие коммуникативных навыков, эмоциональной устойчивости, уверенности в себе, доброжелательного отношения друг к другу. Выполняя упражнения тренинга, родители учатся понимать друг друга. Тренинг мотивирует к самосовершенствованию, рефлексии, овладению механизмами коммуникативной компетентности.

 **Цель** тренинга: сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия.

Задачи тренинга:

* формирование благоприятного психологического климата;
* нахождение сходств у участников группы для улучшения взаимодействия между ними;
* развитие умения работать в команде;
* сплочение группы;
* осознание каждым участником своей роли, функции в группе;
* повышение коммуникативных навыков родителей;
* повышение настроя на удачу, добро и успех.

Необходимые материалы:

* листы формата А - 4 по числу участников, простые карандаши, фломастеры;
* спокойная музыка для релаксации;
* тарелочки, кувшин с водой;
* листки в клетку, шариковые ручки по числу участников.

Время проведения: 1,5-2 часа.

Ход тренинга

Педагог-психолог:

Уважаемые родители! Сегодня мы поговорим с Вами о психологическом климате коллектива, а также о важности сплочённости родительского коллектива. Наша встреча пройдёт в такой немного необычной обстановке.

**Сплочение** – это возможность для команды стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. В одном климате растение может расцвести, в другом — зачахнуть. То же самое можно сказать и о психологическом климате: в одних условиях люди чувствуют себя некомфортно, стремятся покинуть коллектив, проводят в нём меньше времени, их личностный рост замедляется, в других — коллектив функционирует оптимально и его члены получают возможность максимально полно реализовать свой потенциал.

Строительство психологического климата, сплочённости коллектива - это важнейшее дело каждого члена коллектива.

Климат называют благоприятным, если в коллективе царит атмосфера доброжелательности, заботы о каждом, доверия и требовательности. Если члены коллектива готовы к работе, проявляют творчество и достигают высокого качества, работая без контроля и неся ответственность за дело. Если в коллективе каждый защищён, чувствует причастность ко всему происходящему и активно вступает в общение. У вас есть общие цели – воспитать умных, ответственных, толерантных, добрых людей.

**Упражнение 1. «Приветствие».**

Цель: создание позитивного настроения и настроя на работу в группе.

Участники  садятся в круг.

Ведущий: - давайте начнём с того, что выскажем друг другу пожелания на день. Первый встаёт, подходит к любому и, поздоровавшись, высказывает своё пожелание на день. Тот, к кому подошёл первый участник, подойдёт к следующему и т.д., пока каждый не получит пожелание.

Упражнение 2. «Знакомство»

А для того чтобы нам с вами познакомиться, необходимо представиться, но делать мы это будем следующим способом:

Каждый участник по очереди называет свое имя, и на первую букву своего имени называет блюдо (любимое, или любое другое) и город. Упражнение можно пустить по двум направлениям (в зависимости от времени, которым вы располагаете): каждый называет только свое имя, или по принципу «Снежного кома» - следующий участник называет все три слова всех предыдущих участников, а потом свои.

**Упражнение 3. «Оксана-омлет - Оренбург»**

А для того чтобы нам с вами познакомиться, необходимо представиться, но делать мы это будем следующим способом: каждый участник по очереди называет своё имя, и на первую букву своего имени называет блюдо (любимое, или любое другое) и город. Упражнение можно пустить по двум направлениям (в зависимости от времени, которым вы располагаете): каждый называет только своё имя, или по принципу «Снежного кома» - следующий участник называет все три слова всех предыдущих участников, а потом свои.

**Упражнение 4. «Кто родился в мае?»**

Цель: снятие напряжения и тревоги.

Это забавная игра, благодаря которой участники получают богатую информацию друг о друге. Группа рассаживается по кругу, проводится инструктаж. Нужно назвать личностное качество или описать ситуацию и попросить участников, по отношению к которым справедливо Ваше высказывание, выполнить определённое действие. Они встают со стула, выполняют это действие и снова садятся на место. Например: «Тот, у кого есть брат, должен щёлкнуть пальцами!» Темп игры должен возрастать. Подбирать утверждения таким образом, чтобы они относились ко многим участникам. Предлагать вопросы и называть действия, учитывая возраст и темперамент членов группы.

Упражнение 5. «Моё настроение»

Цель упражнения: выражение настроения.

Задание: нарисовать своё настроение на данный момент.

Инструкция: На листе формата А - 4 изобразить свое настроение.

Устроим выставку наших настроений, подарим соседу только хорошее настроение, сопровождая подарок такими словами: «Я дарю тебе мое хорошее настроение...», а дальше пусть будет ваше ласковое слово, обращение, которое обычно адресуется вашим близким и любимым.

Анализ упражнения:

1. Что понравилось вам в данном упражнении?
2. Какие эмоции вы испытывали при дарении и получении «настроения» в виде рисунка?

Анализ упражнения:

1. С какими трудностями вы столкнулись при выполнении данного упражнения?
2. Были ли приятные моменты в упражнении, какие?

Упражнение 6. «Тарелка с водой»

Цель упражнения: развить взаимопонимание в группе, понять и обсудить закономерности возникновения взаимопомощи

Задание: группа участников, молча, с закрытыми глазами, передаёт по кругу тарелку с водой.

В результате при передаче развиваются способы коммуникации, поиск рук партнёра до момента передачи тарелки, предупреждение о передаче прикосновением.

Анализ упражнения:

1. Что, по вашему мнению, не удалось?
2. Как это можно исправить, что необходимо сделать?
3. Какие эмоции испытывали во время данного упражнения?

Упражнение 7. «Шоколадо-терапия»

А сейчас мне бы хотелось задать вам вопрос:

Любите ли вы сладкое? А когда вас угощают конфетами, вы обычно берете ту, которая «на вас смотрит», или это не так?

Кажется, что на ваш выбор ничто не влияет, но психологи утверждают, что мы отдаем предпочтение тем или иным формам конфет в зависимости от особенностей своего характера. Я предлагаю вам тест «Гадание по конфетам».

Я угощаю участников конфетами из категории «Ассорти».

Те, кто выбрал квадратные формы конфет, все держат под контролем, они двигаются вперед, иногда лишая себя маленьких и неожиданных радостей.

Прямоугольная форма конфет говорит о том, что у человека хорошо получается роль «жилетки», в которую плачутся его друзья. Если они обращаются к нему за помощью, он отвлекается, не раздумывая, но при этом забывает уделять достаточно времени своим собственным проблемам.

На кого «смотрела» ромбовидная форма конфет, принимают важные решения в одиночку, чтобы потом ни с кем не делить радость от успеха, они выбирают друзей достаточно осторожно, а уж любимого человека тем более.

Кому понравились круглые формы конфет, находятся в полной гармонии не только со своим внутренним миром, но и с внешним. Эти люди любят быть в центре внимания, у них хорошо развита интуиция.

И наконец, выбор овальных формы конфет говорит о том, что общительности этих людей можно только позавидовать, они легко находят общий язык с незнакомыми людьми.

Мульт-терапия.

В конце тренинга можно показать позитивный мультфильм от компании Pixar «Кролень».

Материалы: компьютер, колонки, проектор и экран, мультфильм.

Упражнение 8. «Фотография на память»

 Предлагаю Вам, перед тем как все разойдутся, сделать общую фотографию на память. Тот, кто играет роль фотографа, расставляет участников тренинга близко друг к другу, просит их принять определенные позы, сделать нужное выражение лица. Далее «фотограф» объясняет, почему он расположил участников именно в таком порядке и в таких позах, рассказывает историю этой фотографии. После этого он занимает заранее подготовленное для себя место среди других участников. Фотография на память готова.

Упражнение 9. «Чему я научилась(лся)»

Цель: рефлексия

Задание: дописать неоконченные предложения

* Я научилась(лся)....
* Я узнал(а), что....
* Я был(а) удивлен(а) тем, что
* Мне понравилось,
* Я был(а) разочарован(а) тем, что....
* Самым важным для меня было....

Завершение. Обсуждение по кругу:

* чему научилась сегодня... .
* что буду использовать в жизни ...

**Упражнение 10. «Подарок»**

Цель: положительное завершение тренинга, рефлексия. Время: 3-5 минут.

Описание упражнения: Ведущий: «Давайте подумаем, что мы могли бы подарить Вашей группе, чтобы взаимодействие в ней стало еще эффективнее, а отношения в ней – более сплочёнными? Давайте скажем, что каждый из нас дарит группе. Я, например, дарю вам оптимизм и взаимное доверие». Далее каждый из участников высказывается, что он хотел бы подарить группе.

Психологический смысл упражнения: Ритуал, позволяющий завершить тренинг красиво и на положительной эмоциональной ноте.

Обсуждение: «Наш тренинг подошёл к завершению.

Вы все были активны, слаженно работали в команде. Не забывайте, что Вы – единое целое, каждый из Вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого! Вместе Вы – сила! Спасибо всем за активное участие!»

Прощание:

А я желаю вам всем успехов! Давайте поаплодируем друг другу!!! Всего доброго, до новых встреч!

Использованная литература:

1. Стишенок И. В. Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост. Санкт-Петербург 2006. - 176 с.
2. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители) – СПб, 2007.
3. Морева Н. А. Тренинг педагогического общения. Практическое пособие. М. 2009.- 78 с.
4. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие. М., 2005. - 256 с.
5. Бабич О.И. Профилактика синдрома профессионального выгорания педагогов: диагностика, тренинги, упражнения. – Волгоград, 2009.
6. Пособие для начинающего тренера, «Я хочу провести тренинг». Новосибирск, 2000. - 205