Примерные вопросы:

Назовите любимый цвет радуги

Любимое хобби

Какую музыку вы слушаете

Какие качества цените в людях

Какой любимый фильм

Напойте любимую песню

Какое время года нравится

Яркое воспоминание из детства

Кем вы хотели стать в детстве и воплотилась ли в жизнь ваша мечта

Ваше любимое блюдо

В дневнике предлагаю притчу «Два ангела», которая поможет родителям посмотреть на свои проблемы по-другому.

Притча «Два ангела»

Однажды на земле путешествовали два ангела: старый и молодой. В один из вечеров, уставшие и обессиленные. они попросились на ночлег в дом к богатому человеку. Он пустил странников, но, будучи скупым и негостеприимным человеком, предоставил им ночлег в сарае.

Там было холодно, темно и сыро. Несмотря на усталость, молодой ангел долго не мог уснуть. А когда ему все – таки удалось погрузиться в сон, его вдруг разбудил какой - то шум.

Проснувшись, он увидел, что старый ангел старательно заделывает дыру в стене. Молодой ангел был удивлен, он несколько раз предлагал старому бросить это дело и постараться отдохнуть пред предстоящей дорогой, но получал упорный отказ.

Утором молодой ангел, не скрывая любопытства, спросил у старого:

- Зачем ты помог этому человеку. Ведь он так плохо обошелся с нами?

- Не все является тем, чем кажется, – ответил его спутник.

На следующий вечер, подыскивая ночлег, путешественники остановились у дома бедного человека. Хозяин радушно встретил их, поделился своим ужином и даже предоставил единственную кровать в доме, а сам с женой ушел в сарай. Утром ангелов разбудил крик хозяина и плач его жены. Оказалось, что в эту ночь умерла их корова – единственная кормилица и надежда семьи.

Молодой ангел, испытывая крайнее удивление. Обратился к старому:

- Почему ты не поможешь бедному человеку? - сказал он. В прошлый раз ты помог тому, кто так плохо обошелся с нами, а в этот раз ты бездействуешь, когда в твоих силах спасти эту семью?

На что старый ангел ответил:

- Не все является тем, чем кажется!

Продолжая путешествия, молодой ангел никак не унимался, он упрекал старого ангела, обвинял его и не мог смириться с происшедшим.

- Не все является тем, чем кажется, - ответил в третий раз старый ангел. – В прошлую ночь, когда мы были в доме у богатого человека, я увидел в стене сарая клад – и замуровал его, чтобы тот не достался хозяину дома. А в эту ночь приходила смерть за женой бедняка, и я откупил ее, отдав корову.

Надеемся, что эта притча поможет вам переосмыслить то, что происходит между вами и вашими детьми. Нужно помнить. Что нет в мире плохого и хорошего. Все зависит от того, как ты на это смотришь.

Предлагаю родителям принять участие в эксперименте, с помощью примера, что в природе напоминает нам о приемах воспитания детей.

Упражнение «Я-высказывания»

Цель: закреплять умение родителей проявлять свои эмоции с помощью «Я - высказываний», формировать у них навыки бесконфликтного взаимодействия с ребенком.

Объединившись в 4 команды, каждая команда родителей получает карточку с двумя высказываниями: «Я высказывание» и «Ты - высказывание». Родители зачитывают их. Выбирают, в какой из них выражено чувство родителей, а в какой только осуждение, определяют высказывание которое по их мнению наиболее эффективное.

Высказывания:

1. «Ты еще долго будешь испытать мои нервы?»

«Меня огорчает то, что дети постоянно ссорятся, мне это очень обидно и больно наблюдать»

2. «Немедленно прекратите бегать по комнате»

«Мне не нравится, когда дети бегают по комнате. Это меня беспокоит»

3. «Почему ты до сих пор не собрала свои игрушки?»

«Мне обидно от того. Что не ценят мой труд. И хотя я уже убрала в доме, все вокруг снова разбросано. От этого я начинаю сердиться! »

4. «Какой ты неуклюжий и рассеянный»

«Я нервничаю, когда дети выполняют задания невнимательно, постоянно отвлекаются на другие вещи»

Родители обсуждают упражнение.

Упражнение «Общение»

Цель: определить родителями самостоятельно ошибки и приоритеты из их практики в общении со своими детьми.

Участники составляют перечень факторов, негативно и позитивно влияющие на их общение.

|  |  |
| --- | --- |
| Негативные факторы  | Позитивные факторы  |
| Конфликты, ссоры | умение слушать |
| непонимание | понимание |
| раздражение | умение аргументировать |
| неприятие | доверие |
| тяжелая адаптация | эмпатия |
| невоспитанность | оптимизм |
| обман  | желание общаться |
| неприятие чувств | доброжелательные отношения |
| гнетущий климат, напряжение | демократичний стиль |
| авторитарный стиль | гармония, спокойствие |
| физическое состояние (плохое самочувствие) | хорошее состояние физического здоровья |
| психологическая перегрузка | здоровый образ жизни |
| тщеславие  | рефлексия  |

Сейчас на собственном примере попробуем, какие именно позиции общения являются наиболее эффективными, а какие наобор