**Тренинг коррекции детско-родительских отношений**

**Цель программы:** укрепить отношения между родителями и ребенком; сформировать позитивную коммуникацию между родителями и ребенком; снять тревожность, напряженность и страхи в отношениях между родителями и ребенком; сформировать адекватную самооценку родителей и детей.

**Главными задачами данной коррекционной работы являются:**

1.Установить и развить отношения партнерства между родителями и ребенком;

. Улучшить понимание родителями собственного ребенка, особенностей и закономерностей его развития;

. Достигнуть способности к эмпатии, к пониманию переживаний, состояний и интересов друг друга;

**Общая тактика коррекционной работы:**

1. Диагностический блок (занятия)

2. Коррекционный блок (занятий)

**Диагностика**

1. Опросник родительского отношения (ОРО) тест-опросник представляет собой психодиагностический инструмент, ориентированный на выявление родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и общения с ними. Родительское отношение понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера личности ребенка, его поступков.

2. "Лики родительской любви" данный опросник поможет и отцу и матери оценить, на каких основаниях строится их отношение к ребенку

3. Методика идентификации детей с родителями опросник А.И. Зарова. Посредством методики диагностируются компетентность и престижность родителей в восприятии детей, и особенности эмоциональных отношений с родителями.

**Коррекционные занятия**

коррекционный родитель ребенок терапия песочный

***Занятие №1***

Цель - исследовать структуру взаимоотношений родителя и ребенка.

**Задачи:**

· Установление контакта и доверия с мамой и ребенком.

· Развитие тактильно-кинестетической чувствительности.

· Умение взаимодействовать в пространстве другого.

· Снижение психофизического напряжения.

· Знакомство с правилами поведения при работе с песочницей.

Оборудование: песочница, набор миниатюрных игрушек.

*Ход занятия*

**Вводная часть**

Знакомство родителя и ребенка с песочницей. «Посмотрите, наша песочница наполовину заполнена песком, поэтому видны голубые борта. Как вы думаете, зачем это нужно? Действительно, борта символизируют небо. У песочницы есть еще один секрет, если мы с вами «раздвинем песок», то обнаружим голубое дно. Как вы думаете, а это зачем? Действительно, дно символизирует воду.

Знакомство с миниатюрными игрушками. «Посмотрите - здесь много самых разнообразных фигурок. Вы можете рассмотреть их, подержать в руках. Здесь есть и деревья, и дома, и люди, и многое другое. Создавая свой мир, свою картину в песочнице, вы можете использовать разные фигурки»

При работе с песочницей существуют некоторые правила:

· Нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы.

· Нельзя брать его в рот.

· После игры нужно убрать все игрушки на свои места.

· После игры в песке нужно помыть руки.

Давайте с вами познакомимся с песком.

***Упражнение***: «Здравствуй, песок!» (выполняет родитель и ребенок).

Положите свои ладошки на песочек. Давайте его погладим внутренней, затем затыльной стороной ладошки. Какой песочек? (шершавый, мягкий, сухой, теплый, сыпучий).

Теперь давайте возьмем песок крепко-крепко за руки, потихонечку опустите его (песок берется в кулачки и высыпается в песочницу).

А теперь закопаем друг другу ладошки, сначала мама закапывает ладошки ребенка, а затем ребенок мамины ладошки.

**Основная часть**

Выберите каждый из коллекции игрушек, фигурку любого животного. А теперь расскажите каждый о своем животном.

Сейчас мы с вами поиграем в игру. Вам каждому нужно будет занять какое-то место в песочнице. Возьмите своего животного и создайте ему дом, жилище, обустройте ему пространство.

После того, как жилища обустроены, психолог говорит, что сейчас нужно будет животным сходить друг к другу в гости. Сначала к одному животному, затем к другому (проводится игра «Животные, которые ходят друг к другу в гости»).

После того, как игра завершится, происходит обсуждение ее с родителем и ребенком.

**Заключительная часть**

· Понравилась ли вам игра?

· Что запомнилось больше всего?

· Понравилось ли ходить, принимать в гости?

В заключении психолог просит каждого разобрать свою песочную картину, вернуть игрушки на места и разровнять поверхность песка, помыть руки.

***Занятие №2***

Цель - воспитание умения бесконфликтного взаимодействия «родитель-ребенок».

**Задачи:**

· Развитие тактильной чувствительности, воображения.

· Развитие речевой активности.

· Развитие коммуникативных навыков.

· Снижение психофизического напряжения.

· Оборудование: песочница, набор миниатюрных игрушек, кисточки, камушки.

***Ход занятия***

**Вводная часть**

Давайте вспомним с вами правила поведения в песочнице (родитель и ребенок по очереди называют правила).

***Упражнение*** «Необыкновенные следы».

«Идут медвежата» - ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.

«Прыгают зайцы» - кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.

«Ползут змейки» - ребенок расслабленными / напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).

«Бегут жучки-паучки» - ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком ругами друг с другом - «жучки здороваются»),

**Основная часть**

Психолог предлагает родителю вместе с ребенком придумать историю про Песочную страну. Сначала договоритесь, о чем, о ком будет ваша история, затем подойдите к полке с игрушками и выберите те, которые помогут вам создать эту страну в песочнице.

После построения психолог просит рассказать историю о данной стране, помогая наводящими вопросами:

Что это за страна? Как она называется?

Кто в ней живет? Чем они занимаются?

Всем ли хорошо в этой стране? и т.п.

**Заключительная часть**

Понравилось ли вам совместное строительство?

Что понравилось больше всего?

Какой момент строительства запомнился?

Какие чувства возникли в игре?

В заключении психолог просит разобрать песочную картину, вернуть игрушки на места и разровнять поверхность песка, помыть руки.

В заключении психолог говорит: «Вы сегодня много интересного построили в Песочной стране и конечно же Песочная страна вам очень благодарна. Она дарит вам камушки, которые помогают исполнять добрые желания. Возьмите их в руки и тихонечко, шепотом, загадайте доброе желание друг другу.

***Занятие №3***

Цель - воспитание умения бесконфликтного взаимодействия, гармонизация отношений в системе «родитель-ребенок».

Задачи:

· Развитие тактильной чувствительности.

· Развитие зрительного восприятия.

· Развитие коммуникативных навыков.

· Снижение психофизического напряжения.

Оборудование: песочница, набор миниатюрных игрушек, кисточка.

***Ход занятия***

**Вводная часть**

Вспомним с вами правила поведения в песочнице (родитель и ребенок по очереди называют правила).

***Упражнение:*** «Песочные прятки».

Психолог просит родителя выбрать из коллекции три игрушки. Ребенок закрывает глаза, а в это время мама закапывает их в песок. Затем мама говорит: «Открываются глаза, начинается игра» и ребенок должен найти игрушки спрятанные в песке (можно раскапывать их пальцами, использовать кисточки, раздувать песок). Затем родитель с ребенком меняются местами (ребенок закапывает игрушки, а мама пытается их найти).

**Основная часть**

Психолог спрашивает маму и ребенка: «Любите ли вы получать подарки? А делать подарки?».

Сегодня мы с вами будем делать подарки друг другу и в этом нам поможет песочница и игрушки. Разделите песочницу пополам и каждый на своей стороне выложите сюрприз для другого. Это может быть сказочная страна, картина и т.п., пока вы не сделаете, разговаривать не разрешается. После того как подарки сделаны, каждый рассказывает что он сделал, а другой говорит, понравился ли ему подарок.

**Заключительная часть**

Понравилось ли вам делать друг другу подарки? А принимать?

Какие чувства возникли в процессе данной игры?

В заключении психолог просит разобрать песочные картины, вернуть игрушки на места и разровнять поверхность песка, помыть руки.

***Занятие №4***

Цель - развитие сплоченности и конструктивных детско-родительских отношений.

Задачи:

· Регуляция мышечного тонуса.

· Снятие напряжения с мышц пальцев рук.

· Совершенствование мелкой моторики.

· Развитие коммуникативных навыков.

Оборудование: песочница, набор миниатюрных игрушек, камушки, кисточка.

Ход занятия

**Вводная часть**

***Упражнение***: «Кораблик» (выполняет родитель и ребенок).

Сложите свои ладошки так, чтобы получился кораблик. Сейчас наши кораблики поплывут по песку (выполнение движений сопровождается словами: Плывёт кораблик по волнам, а я в нём капитан).

**Основная часть**

Взрослый предварительно закапывает в песочек «волшебные камушки Доброты» (камни разного цвета). Ребенку дается кисточка и он начинает откапывать камушки. В процессе раскопок по открывающимся частям камушка, нужно описать его цвет, затем взять его в руки, подержать и передать маме (сказав при этом добрые слова) - поделиться добротой камушка и своей добротой.

***Упражнение:*** «Страна доброты».

Психолог просит родителя вместе с ребенком в песочнице создать «Страну доброты», а потом рассказать о ней.

**Заключительная часть.**

Что вам запомнилось на сегодняшнем занятии?

Какие чувства вы сейчас испытывайте?

В заключении психолог просит разобрать песочные картины, вернуть игрушки на места и разровнять поверхность песка, помыть руки.

***Занятие №5***

Цель - развитие партнерства и сотрудничества родителя с ребенком.

Задачи:

· Развитие мелкой моторики, тактильной чувствительности.

· Коррекция психоэмоционального состояния.

· Развитие коммуникативных навыков.

Оборудование: песочница, набор миниатюрных игрушек, шкатулка, карточки со словами: заяц, лес, бабочка, мост, гномик, дельфин, кораблик, черепаха, озеро, горы; лепестки цветика-семицветика.

***Ход занятия***

**Вводная часть**

***Упражнение***: «Археолог».

Родителю вместе с ребенком предлагается сыграть в археологов. Устроить раскопки и найти в песке спрятанные сокровища.

**Основная часть**

Психолог: В этой волшебной шкатулке живет интересная сказка (в руках у психолога красивая шкатулка). Только каждое слово написано на отдельной карточке. Необходимо по очереди вытягивать слова и вместе с мамой сочинять сказку и строить ее на песке (Пример: первое слово «заяц». Начинаем сказку: «Жил-был заяц», фигурка зайца появляется в песочнице. Следующее слово «лес». Продолжаем сочинять: «Он жил в лесу», строим лес в песочнице).

***Упражнение***: «Угадай желание».

Психолог: В песочнице спрятаны семь лепестков цветика-семицветика. Вам нужно их найти и собрать цветок. После того как цветок собран, загадаем желания и запишем их на лепестках: три желания задумывает ребенок для мамы, три - взрослый для ребенка и одно желание будет совместным. Затем родитель и ребенок обмениваются лепестками и отбирают те которые им приятны.

**Заключительная часть**

**-** Что понравилось на сегодняшнем занятии?

**-** Что было сложно выполнять?

В заключении психолог просит разобрать песочные картины, вернуть игрушки на места и разровнять поверхность песка, помыть руки.

***Занятие №6***

Цель - развитие партнерства и сотрудничества родителя с ребенком.

Задачи:

· Развитие мелкой моторики, тактильной чувствительности.

· Коррекция психоэмоционального состояния.

· Развитие коммуникативных навыков.

Оборудование: песочница, набор миниатюрных игрушек.

***Ход занятия***

**Вводная часть**

***Упражнение***: «Песочный дождик».

Ребенок медленно или быстро сыплет песок из своего кулачка в песочницу, на ладонь взрослого, на свою ладонь.

Ребенок закрывает глаза и кладет на песок свою ладонь с расставленными пальчиками, родитель сыпет песок на какой-то палец, ребенку нужно его назвать.

Затем они меняются ролями.

**Основная часть**

В песочнице психолог рукой очерчивает с двух сторон два полукруга и предлагает ребенку представить, что у твоей мамы и твоего папы есть планеты.

Обустрой их с помощью игрушек планету мамы и планету папы. После строительства следует обсуждение:

Далеко планеты или близко?

Сколько до планет лететь?

Какая погода на планетах?

Кто там живет?

На какую планету ты хотел бы полететь?

А теперь вместе с мамой создайте в этой песочнице вашу общую планету и расскажите о ней.

**Заключительная часть**

Что понравилось на сегодняшнем занятии?

**-** Что запомнилось больше всего?

**-** Какие чувства сейчас испытываете?

В заключении психолог просит разобрать песочные картины, вернуть игрушки на места и разровнять поверхность песка, помыть руки.

***Занятие № 7***

Цель **-** эмоционально-телесное сближение родителя и ребенка; улучшение самочувствия при межличностном общении; развитие эмпатии; развитие навыков социального взаимодействия.

***Упражнение*** «Прогулка вслепую».

Цель **-** эмоционально-телесное сближение ребенка и родителя.

**Инструкция:** это упражнение выполняется в ребенком и родетелем совместно. Одному участнику завязывают глаза, другой ведет его на прогулку (3 минуты). Оба должны сохранять молчание. Ведущий обводит партнера вокруг препятствий и старается предоставить ему как можно больше опыта: прикосновение, запахи и т.д. Затем нужно поменяться ролями.

**Упражнение** «Напряжение и расслабление».

**Цель:** снятие мышечного напряжения.

**Инструкция:** руки и все тело устремилось вверх, пятки от пола не отрывать. Тянемся вверх все сильнее и выше. Мысленно отрываем пятки от пола (реально пятки на полу) и поднимаемся еще выше. А теперь ваши кисти как бы сломались, безвольно повисли. Теперь руки сломались в локтях, в плечах, упали плечи, повисла голова, сломались в спине, подогнулись колени, упали на пол. Лежим расслабленно и удобно. Прислушайтесь к себе: осталось ли где-то напряжение? Сбросили его!

**Рассказывание сказки**

**Медитативная сказка. Т. Зинкевич-Евстигнеевой «Золотой шар»** (о позитивных детско-родительских отношениях).

Цель **-** создание образа позитивных детско-родительских отношений: образы, принесенные через сказку могут стать впоследствии духовными ориентирами.