

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
городского округа Королёв Московской области

«Детский сад общеразвивающего вида № 41 «Планета детства»

Мкр-н Первомайский, ул. Советская, д.9
lsabaeva@yandex.ru

8-495-509-15-35

8-963-670-67-87

Психологический тренинг с элементами сказкотерапии
для родителей

«Снимаем маски»

Подготовила
педагог-психолог
Демченко Р.Л.



Королёв 2019

Цель:

Обучение педагогов, родителей способу познания себя и внутренних особенностей своих детей через сказкотерапию.

Задачи:

1. Организовать знакомство участников мероприятия с методом сказкотерапии.
2. Создать благоприятную атмосферу для работы через упражнение «Дождик».
3. Развить рефлексию, навыки самопознания.

Форма работы: работу необходимо организовать в малых группах 7 – 10 человек, это способствует формированию навыков эффективного взаимодействия.

Оборудование: бумага формата А4, ручки, или карандаши.

Вступление

Одна из функций сказки заключается в том, что она помогает взрослому человеку, ребенку вернуться к прежней радостной непосредственности. Она вызывает изумление и удивление, открывая доступ в мир фантазий, образного мышления, непосредственного и не осуждаемого вхождения в роль, которую предлагает им содержание. Общение со сказкой способствует пробуждению творческих сил.

Уважаемые коллеги, педагоги! Хотелось бы сегодня предложить Вам необычный способ познания себя и своей личности через творческий подход и умение фантазировать. Это Вам поможет позитивно подумать и отдохнуть. Мне бы хотелось, чтобы каждый из вас вынес с сегодняшнего занятия что – то интересное и поучительное для себя. Сегодня каждый участник нашего занятия будет работать только на себя. Занятие называется «Снимаем маски». На самом деле это сделать очень трудно, но этого и не требуется, потому что каждый сегодня будет работать со своим текстом. Возможно, понимая себя, Вы как родитель сможете понять своего ребенка.

Ход мероприятия**1 этап - подготовительный**Упражнение «Дождик»

Цель: организовать позитивный настрой группы на занятие.

Инструкция: для выполнения этого упражнения необходимо встать в одну шеренгу, повернуться лицом к затылку соседа, как в строю. Психолог или ведущий встает в конец шеренги и произносит инструкцию: «Представьте, что вы прогуливаетесь по улице. Хорошая погода. Вдруг закапал летний, теплый, дождик. Дождик касается вашего тела (головы, плеч, спины, рук, кистей, ног). В этот момент каждый участник кладет руки на голову, плечи, спину и т.д. своему соседу и начинает легкими прикосновениями имитировать капли дождя». Это упражнение способствует сплочению группы, настрой на совместную работу.

2 этап - основнойСказка-путешествие

«Сказка ложь, да в ней намек: добрым молодцам урок».
А.С. Пушкин

Однажды в необычный летний день, проснувшись утром ранним, Вы решили пойти в парк и просто помечтать, посидеть на лавочке, покормить голубей. Настроение приподнятое, все вокруг цветет, щебечет и поет. Выходя из дома, вы поймали себя на мысли о том, что неплохо бы было с этого момента что-то изменить в своей жизни. Вот только что? Вы зашли в парк и обнаружили, что привычная тропинка, по которой вы любили прогуливаться, уводила куда-то дальше в лес и где-то там сужалась. Вы пошли по тропе и вдруг, на удивление себе, увидели в кустах сундук...

Задание ведущего:

Подумайте, что это за сундук? Из какого материала он сделан? Большой или маленький? С замком или без замка? Подумайте, что в нем может находиться?

Чем больше участники описывают, тем больше информации будет у них для познания себя и своих скрытых «конфликтов». Необходимо писать, то, что первое всплыло в сознании, это самая достоверная и правильная информация.

Текст сказки:

«...Заглянули в сундук, успокоили свое любопытство и пошли дальше. Долго ли коротко ли, вдруг вы заметили зверька за деревом...»

Задание ведущего:

Как вы думаете, что это за зверь, злой или добрый? Вы к нему подойдете и погладите или убежите от него?

Участники описывают в своих листах все, что считают нужным рассказать об этом звере и своих действиях по отношению к нему.

Текст сказки:

«Солнышко пригревало. Вышли вы на сказочно красивую поляну, на которой стоит одинокий дуб, а под дубом лежит труп, возле тела лежала какая-то книга.

Задание ведущего:

Как вы думаете, труп – это женщина или мужчина? Старый или молодой? Какая книга лежала под дубом?

Участники также все описывают, можно давать время подумать, отвечать на вопросы, если что-то не понятно.

Текст сказки:

«Поглядев по сторонам вы заметили, что на поляне есть еще много интересного и пошли дальше. Вдалеке от того места, где Вы стояли, вы увидели верблюда, который спокойно что-то жевал»

Задание ведущего:

Опишите свое ощущение в данный момент. Что вы сделаете, подойдете к верблюду или нет? Если да, то почему? Если нет, то почему?

Текст сказки:

«Поляна была такая большая, что вы пошли дальше. Вдруг вы услышали какой-то шум. Это было стадо лошадей, которое стремительно бежало в вашу сторону. Вы поняли, что необходимо, что-то делать, иначе Вас растопчет стадо лошадей...»

Задание ведущего:

Опишите ваше состояние, чувства, мысли и свои действия. Что вы будете делать? Какие меры принимать? Куда бежать?

Текст сказки:

«Оказалось, что от свежего воздуха у вас закружилась голова, и стадо лошадей вам померещилось. Это был мираж. Вы пошли туда, где, на Ваш взгляд, должна была закончиться поляна, но вдруг вы вышли к какому-то забору...»

Задание ведущего

Какой это забор, какой высоты, старый или новый, из какого материала он сделан? Как вы его будете преодолевать?

Текст сказки:

Быстро сказка сказывается, да не быстро дело делается. Преодолев забор, Вы вышли на теплый, чистый, солнечный пляж. Что происходит вокруг Вас? Оглянитесь, что Вы видите, слышите, чувствуете?. Среди пляжа растет огромный куст роз...»

Задание ведущего:

Сколько роз и какого цвета вы себе нарвете? Если не нарвете, то почему?

Текст сказки:

«После того, как Вы надышались ароматом роз, погрелись на солнышке, Вам захотелось искупаться в речке, которая находится неподалеку...»

Задание ведущего

Каким образом вы войдете в воду? (быстро, медленно, плавно, или вообще не пойдете. Если нет, то почему? Опишите свои действия

Вот и сказки конец, а кто слушал и работал с нами молодец!

3 этап - завершающий

Интерпретация к тесту сказки

Сундук – символизирует душу человека (большой, маленький, закрытый, открытый).

Содержимое сундука – ценности, интересы, мотивы, скрытые потребности, обиды. То состояние, которое на данный момент времени, то, что для человека является главным составляющим его души (потребности, страхи, мудрость, переживания).

Пример: Золото – алчность, книги – мудрость, знания (интерпретируется самостоятельно).

Замок – открытость или замкнутость человека (общительность, тревожность, страхи, коммуникативные барьеры)

Зверек за деревом – ваши друзья, возможно ваше отношение к друзьям.

Верблюд – отношения с родственниками, братьями, сестрами, родителями.

Труп – психологический возраст души (мужчина, женщина, молодой старый).

Мужчина молодой – энергетика, сила физическая выносливость.

Мужчина старый – богатый жизненный опыт, выносливость, терпимость.

Женщина молодая – активность, работоспособность.

Женщина пожилая – мудрость.

(желательно дать установку, что труп человека должен быть либо молодой, либо старый). Это позволит определить психологический возраст личности.

Книга – возможно ваши интересы, или то что вас тревожит и волнует в настоящий момент.

Стадо лошадей – взаимоотношение с противоположным полом (способы действия ваши)

Забор – ваша целеустремленность, цели, которые вы ставите перед собой. Способы достижения целей будут прописаны в способах преодоления забора.

Пример: Забор обойдете, перелезете, найдете калитку, найдете дырку в заборе, пойдете вдоль забора.

Пляж – что вы видите, слышите или чувствуете? – это ваш вид восприятия, который преобладает у вас. Видите – визуальное, Слышите – слуховое. Чувствуете – тактильное восприятие. Что первое пришло, тот вид восприятия окружающего мира и преобладает.

Вода – как вы решаете проблемы, способы разрешения каких-либо ситуаций.

Куст роз – сколько штук, и какого цвета вы себе нарвете? – цвет символизирует состояние человека в данный момент, (темный - негативное, светлый – позитивное, яркий – активное, творческое), а количество – это то количество романов или влюбленностей, которое с вами случилось в жизни или еще случится.

Заключение:

«Вот мы и окончили окончания «сказко-путешествие» в свой внутренний мир посредством сказки, каждому из нас необходимо задуматься над своими ответами и попытаться дать им логическое объяснение.

Чем больше участники занятия пропишут о том, что увидели, услышали, почувствовали, тем больше и качественней будет процесс самосознания своих особенностей, причин конфликтов, своих возможностей и качеств. Каждый родитель сможет использовать это занятия со своим ребенком или группой детей. Возможно, Вы больше узнаете о своем подросшем ребенке и поможете ему в трудном подростковом кризисе.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
городского округа Королёв Московской области
«Детский сад общеразвивающего вида № 41 «Планета детства»

Мкр-н Первомайский, ул. Советская, д.9
lsabaeva@yandex.ru

8-495-509-15-35
8-963-670-67-87

Психологический тренинг для родителей: «Снимаем маски»

Дата проведения: «20-22» ноября 2019г.

Лист регистрации

№	Фамилия Имя Отчество	Подпись
1	Алисебаева Ирина Ивановна	ИИ
2	Гришина Татьяна Николаевна	ТН
3	Иванова Ольга Сергеевна	ИС
4	Ореховская Татьяна Владимировна	ОВ
5	Куриева Юлия Лакимовна	КУ
6	Долгоборская	ДБ
7	Карпов Н.	КА
8	Менделеев Е.	МЕ
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		

Отзывы родителей

Очень интересно провела время. На себя
всегда не хватает времени, а сегодня я узнала
о себе много нового.

Людмила

Мне понравилось, очень интересно.

Евгений

Было очень интересно и познавательно

Ольга