**Умные игры для родителей**

**Тренинговые игры и упражнения для родительских собраний**

**Упражнение «Пронеси мячик»**

Упражнение проводится во время групповой работы с родителями.

*Основной целью является создание ситуации, при которой участники могут увидеть и прочувствовать чувства и позицию родителей в разных моделях семейного воспитания (полная, в которой есть и мама, и папа; не полная, где воспитывает один родитель; семья, в которой дети воспитываются бабушками и дедушками).*

Очень важно проводить данное упражнение поэтапно, заранее не раскрывая следующих шагов. Данное упражнение лучше проводить после разминки, когда уже в группе создан благоприятный психологический фон, родители эмоционально раскрепощены.

**Шаг 1.**Родители сидят в кругу. Ведущий держит в руке три разных по размеру и свойствам мячика. (как вариант - резиновый игровой, массажный, теннисный и др.). Ведущий сам выбирает произвольно троих родителей и раздает им мячики. Задание родителям, получившим мячи – пронести мяч по кругу, используя плоскую поверхность (можно использовать большую тетрадь, журнал и пр.) так, чтобы мяч не упал с поверхности, при этом придерживать мяч руками нельзя.

Задание для всех трех родителей одинаковое, но условия будут разные.

**Шаг 2.**Первому родителю с мячиком предлагается выбрать себе любого помощника из числа родителей и нести мячик на журнале или тетради они могут вдвоем.

Пока задание первой группы не будет выполнено, ко второму участнику переходить не рекомендуется.

**Шаг 3.**Родитель, получивший второй мячик должен выполнить задание сам, без чьей-либо помощи.

**Шаг 4.**Родитель, получивший третий мячик, может выбрать любого другого родителя и доверить ему выполнить свое задание. Сам при этом только наблюдает.

**Шаг 5.**Анализ выполнения заданий. Это самый важный этап упражнения.

Необходимо спросить родителей, участвовавших в упражнении с мячом о том, что они чувствовали, когда выполняли упражнение, о чем думали, было ли им сложно выполнить задание. Необходимо также вспомнить способ, который участники использовали в процессе.

Как правило, первые участники всегда говорят, что им было удобно и легко выполнить упражнение, они чувствовали помощь друг друга, пытались подстроится под движения друг друга. Второй участник обычно прибегает к изменению способа несения мяча (прижимают мяч к себе, загибают журнал, чтобы мяч не упал и пр.), но всегда чувствуют напряжение и тревогу, что не справятся. Третий участник, отдавший мяч, обычно ничего тревожного не чувствует, он просто наблюдает, а тот, кому внезапно передали мяч часто чувствует повышенную ответственность за чужой мяч, ведь изначально он не был готов к выполнению упражнения.

Только после того как чувства и способы всех участников будут оговорены, следует переходить к следующему этапу.

**Шаг 6.**Вопросы родителям: «О чем это упражнение?», «На что похоже то, что мы сейчас проделали?». Родители предлагают разные варианты, но постепенно ведущий их подводит к тому, что они сами сейчас показали три модели воспитания детей и чувства родителей в той или иной семье. Первый участник продемонстрировал модель полной семьи, где ответственность распределяется поровну, второй участник показал отношение к ребенку в неполной семье (гиперопека, тревожность, ощущение постоянной опасности и пр.), третий – позицию родителей, передавших детей на воспитание бабушкам и дедушкам или другим родственникам. Как правило, родители ребенка так снимают с себя ответственность за своего ребенка, тревожность у них не так ярко выражена. А вот родственники напротив чувствуют двойную ответственность за воспитание не своего ребенка.

Интересно бывает проанализировать и сам мячик. Почему именно мяч представлен в образе ребенка, почему мячи подобраны разные? Анализ мячиков подводит участников к тому, что они тоже бывают удобными и не очень, и важно принять его таким какой он есть.

Данное упражнение позволяет родителям самостоятельно подойти к проблеме воспитания детей в разных семейных моделях. Одно такое упражнение может заменить скучную лекцию, которую родители не всегда готовы слушать. Упражнение может иметь продолжение в виде практических советов и рекомендаций, которые предлагают сами же родители.

**Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто…»**

*Эта игра достаточно распространена в тренинговой работе. Применительно к родительскому собранию оно проводится для того, чтобы быстро и эмоционально активно получить информацию о присутствующих в группе и на основе этой информации получить определенный запрос, при необходимости перестроить сценарий ведущего. Особенно это удобно, когда перед вами относительно незнакомая аудитория.*

Вариант 1. Для того, чтобы быстро выяснить социальный статус семей, присутствующих родителей предлагается следующий вариант заданий:

* Поменяйтесь местами те, кто воспитывает ребенка в полной семье;
* Поменяйтесь местами те, кто воспитывает ребенка без отца (без матери);
* Поменяйтесь местами те, кто воспитывает одного ребенка;
* Поменяйтесь местами те, кто воспитывает мальчика (девочку) подросткового возраста;
* Поменяйтесь местами те, кто сам воспитывался в полной (неполной) семье;
* и прочее.

Такое упражнение имеет диагностический характер, показывает, родителей каких категорий больше, есть ли связь между особенностью своей и семьи и семьи, в которой они воспитывались сами. Кроме этого, такое упражнение позволяет самим родителям увидеть тех, с кем у них схожие интересы и проблемы.

**Упражнение «Мяч в кольце»**

Для данного упражнения потребуется резиновое кольцо небольших размеров (например, ручной эспандер), мячик, который может уместиться на данном кольце. К кольцу привязаны несколько веревочек длиной примерно 1 метр.

Вся эта конструкция ставится на пол посередине зала, приглашается один желающий. После того, как определен основной участник, ему предлагается приподнять кольцо с мячом над полом, держась только одной рукой за конец только одной веревки. При этом ему разрешается делать все что угодно, только не нарушать главное условие «держать одной рукой одну веревку»

Очень скоро участник понимает, что в одиночку это сделать невозможно, но не сразу догадывается о возможности попросить помощи у других участников, ведь условия игры разрешают сделать это. Когда вокруг кольца оказывается несколько человек по числу веревочек, участникам удается справиться с заданием при условии, если все будут действовать в одном темпе, на одном уровне, подстраиваясь под всех, не перетягивая инициативу на себя.

*Во время обсуждения участники должны сами догадаться, о чем это упражнение. Вывод: если мячик — это ребенок, то воспитать его правильно, дать ему уверенность можно только если взрослые будут действовать сообща, придерживаться единых принципов, подходов и ценностей воспитания, помогать друг другу и опираться на других специалистов, если что-то кажется непреодолимым. Не стоит оставаться один на один в затруднительной ситуации. В качестве веревочек можно рассматривать как членов одной семьи, ели речь идет о семейном воспитании, так и взаимодействие разных специалистов, если речь идет о ресурсах для решения какой-либо проблемы. В ходе этого упражнения очень хорошо проявляются лидерские, авторитарные, демократические качества участников и их зависимость от результата выполнения задания.*

**Проективная методика «Герб родительства»**

*Какой я родитель? Можно ли сразу ответить на этот вопрос? Наверное, можно, но будет ли ответ объективным и правдивым? Чтобы быстро понять истинные чувства и потребности родителя, пришедшего на занятие, мы прибегаем к помощи хорошо зарекомендованной проективной методики*

*«Герб». В методических сборниках данная методика имеет несколько вариантов.*

Для этого упражнения потребуются заготовки чистых бланков в виде герба, цветные карандаши на каждого участника.

Особенность герба в том, что на нем изображаются какие- либо образы, картинки, имеющие определенного значение. Родителям предлагается разделить листочек на четыре равные части, в каждой части нарисовать образ, вещь, предмет, животное или растение, обозначающее разные части себя как родителя.

Рисунок выполняется цветными карандашами. Во время рисования желательно не давать никаких подсказок и рекомендаций. После того, как все закончили свою работу, по желанию участников, организовывается обсуждение в мини группах по 3-5 человек. Во время обсуждения другие участники высказывают свои впечатления и предположения по поводу значения рисунка, обращается внимание на цвет, размер, нажим карандаша, сюжет, характер изображения. После этого автор рисунка делится своими чувствами и эмоциями, которые он испытал во время обсуждения его работы. На этом этапе участие добровольное, так как бывают родители не готовы к публичному обсуждению собственных чувств и переживаний.

Как правило, такой анализ помогает родителям осознать свои сильные и слабые стороны себя как родителя, выделить наиболее тревожные факторы и потребности. Имея достаточный опыт в интерпретировании проектных методик, психолог может помочь родителям сделать более глубокий анализ, но и такой вариант работы родительской группы может поспособствовать саморазвитию человека либо дополнительному индивидуальному обращению родителя к психологу после собрания.

**Упражнение «Ребенок глазами родителя»**

*Не смотря на свою кажущуюся простоту, это упражнение очень быстро и точно помогает определить отношение родителя к своему ребенку в плане его психологического возраста. В последнее время все чаще стала обсуждаться проблема психологического инфантилизма наших детей, застревания на более раннем возрасте развития. И конечно, редко какой родитель сразу готов признать, что он бессознательно уменьшает психологический возраст ребенка, не способен признать его взрослым и самостоятельным. Это упражнение я практикую на самых первых встречах с родителями и при первом знакомстве с родителями новеньких ребят.*

Для работы необходимо иметь набор маленьких игрушек (тематические наборы животных, игрушки от киндер-сюрприза, маленькие сувенирчики и прочее) и чем больше их будет, тем лучше. Перед родителями раскладываются все игрушки в легкой доступности. Не объясняя смысла упражнения, родителям предлагается выбрать игрушку, фигурку, которая как-либо отражает, напоминает своего ребенка. Уже на этом этапе можно наблюдать разное поведение родителей: одни быстро приступают к заданию, ищут увлеченно, быстро находят, умиляются, глядя на фигурку. Другие это делают нехотя, очень долго перебирают игрушки и в конце концов берут фигурку наугад. Для психолога такое поведение может послужить поводом задуматься об уровне эмоциональной близости и степени принятия ребенка родителем. Бывали случаи, когда родитель честно говорил: «Здесь моего ребенка нет», при этом его настроение менялось, он становился хмурым и недовольным.

На следующем этапе родителю предлагается внимательно рассмотреть фигурку и попробовать определить ее возраст так, если бы она сейчас вдруг ожила. Опыт показывает, что преобладающее большинство родителей дают фигурке возраст гораздо меньше реального, вплоть до 2-3 летнего, а иногда и младенца. Этот факт может указывать, что в семье есть гиперопека, недоверие, психологическое застревание на детском возрасте. Отметив этот факт, можно дать родителю возможность подумать о том, почему они воспринимают своего ребенка маленьким.

В нескольких случаях детям дают возраст намного старше реального. В этом случае речь может идти о возможной смене ролевых позиций в семейной системе, о повышенных притязаниях, долге ребенка перед родителями.

Необходимо отметить, что подобные выводы ведущий на собрании должен делать с особой осторожностью, полученная информация должна служить лишь гипотезой, которая перепроверяется на последующих психологических консультациях.

**Деловая игра «Шапка вопросов»**

*С помощью игры «Шапка вопросов» педагог или психолог может не только получить хороший диагностический материал, но и замотивировать родителей на более конструктивное сотрудничество родителей с детским садом. Игра имеет большую степень психологической безопасности для всех участников разговора, так как дает возможность в обезличенной форме высказать свое мнение, недовольство, пожелания. Кроме этого, преимуществом игры является участие всех родителей, у которых не будет возможности отсидеться и отмолчаться, как это часто бывает на  родительских собраниях.*

Для игры потребуются карточки, по количеству в четыре раза больше, чем участников мероприятия, шляпа или коробочка среднего размера.

Игра проходит в несколько этапов.

**Этап первый.**Каждому участнику раздаётся по одной чистой карточке, на которой необходимо написать один вопрос про свой класс. Вопрос должен носить уточняющий характер: Кто?, Сколько?, Как зовут?, Где проходило?, Когда было? И прочие.

После того, как все напишут вопрос, карточки собираются в шляпу или коробку, перемешиваются и в случайном порядке раздаются обратно участникам по одной на каждого. Получив чей-то вопрос, участник должен попытаться на него ответить в зависимости от того, насколько он осведомлен. Если же он затрудняется ответить, другие родители ему помогают.

Обязательно после каждого этапа родители должны сделать выводы. Часто бывает, что даже после первого этапа родители понимают, насколько плохо знают класс своего ребенка и мероприятия, которые в классе проводятся.

**Этап второй.**Процедура та же. Только вопрос второго этапа должен начинаться со слов «Почему? Зачем? Для чего? Я думаю, что …, а вы с этим согласны? и пр.

При анализе ответов второго этапа можно заметить какие проблемные зоны класса родители видят и отмечают. При попытке ответить на поставленные вопросы часто наблюдется уровень согласия и несогласия с автором вопроса и с выделенной проблемой. Этот этап может перерасти в активную форму обсуждения и дискуссии.

**Этап третий.**Процедура та же, что и на предыдущих этапах, только вопросы (высказывания) на карточках могут уже носить форму обобщающего, рекомендательного характера: Я считаю, что… Если бы…, может нам попробовать …

Анализ высказываний на третьем этапе позволяет силами родителей разработать стратегию решения выделенных ранее проблем.

Основным преимуществом такой игры является то, что родители сами определяют проблемные зоны, предлагают решение проблем, а значит и уровень ответственности за их решение значительно возрастает.

Упражнение «Мой ребенок может…»

*Не секрет, что недостатки в других людях замечаются быстрее и легче, чем его достоинства. А если это касается собственного ребенка, который иногда разочаровывает, обижает, раздражает, на которого часто жалуются, который не всегда оправдывает ожидания взрослых, представляется родителям как что-то ужасное и неудачное. Упражнение «Мой ребенок может…» позволяет акцентировать внимание не на проблемы развития, а на его личностные ресурсы. Анализ данной работы может изменить оценочный взгляд на своего ребенка, увидеть в нем дополнительные возможности и ресурсы.*

Еще лучше если это упражнение выполнят обе стороны – и родитель, и ребенок. Такая работа покажет сходство и разницу в характере восприятия ребенка родителем его собственной самооценки. Часто родители признают, что во многом недооценивают возможности своего ребенка, недостаточно видят перспективы его развития.

Участникам предлагается бланк, на котором изображен круг, поделенный на несколько секторов.

Этап 1. Задача участников заполнить все сектора, продолжая фразу «Мой ребенок может, умеет, знает, делает и прочее». Чем больше будет таких секторов, тем лучше.

Этап 2. От каждого заполненного сектора необходимо заполнить продолжение «В будущем это может ему помочь в …» (например, «Мой ребенок умеет чинить велосипед, в будущем он может стать механиком», «Мой ребенок умеет собирать вокруг себя друзей и подолгу с ними общаться, в будущем он сможет легко общаться с людьми, налаживать необходимые контакты» и т.д.). Полезно прописывать не только и не столько учебные достижения ребенка, но и умения, касающиеся его личных интересов и увлечений.

Такое упражнение рекомендуется проводить с родителями слабоуспевающих детей, детей с ОВЗ, малоуспешных и неактивных детей. Оно позволяет расширить личностные ресурсы ребенка, показать дополнительные варианты его развития.

**Упражнение «Живой забор»**

*Каждый современный родитель обеспокоен тем, как гаджеты «поглощают» наших детей. Мы уже и не удивляемся тому, что в виртуальном мире дети чувствуют себя свободнее и увереннее, чем в реальном. Но почему так произошло, что увело ребенка в «виртуальный мир», что можно сделать с этой ситуации? Ответы на эти вопросы можно получить в ходе упражнения «Живой забор».*

В свободном пространстве ставиться стул и приглашается на него участник, который сыграет роль ребенка. Остальные участники должны проговорить, какие ограничения мы ему ставим, что нельзя современному ребенку. По мере того, как называется какое-либо ограничение, вокруг ребенка выстраивается «живой» забор. В результате оказывается, что таких ограничений очень много: без сопровождения взрослых приходить в школу, гулять нельзя, в холод выходить нельзя, далеко уходить от двора нельзя, близко к водоемам подходить нельзя, на велосипедах в неположенном месте ездить нельзя, выполнять долгую физическую работу нельзя и многое другое. В результате забор оказывается достаточно большой, иногда даже не хватает участников. Часто в эти моменты звучат реплики «А как же мы то выжили в свое время?». Когда «забор» выстроен, необходимо поговорить с «ребенком», который сидит на стуле. Как он там себя чувствует? Что хочется ему сделать?

Обычно участник на стуле говорит, что ему там тесно, темно и неуютно. На вопрос о том, что хочется сделать, он отвечает либо вырваться, то есть нарушить правила и запреты, либо ничего не делать и заняться тем, что доступно ему там, взаперти

– залезть в телефон, пообщаться в соцсетях, полазить в интернете.

В ходе упражнения родители приходят к выводу, что, ограничивая ребенка, ограждая его от всех возможных

опасностей мы лишаем его возможности самостоятельно решать трудности, находить способы их преодоления.