**Муниципальное дошкольное общеобразовательное учреждение № 38 «Ромашка**».

***Мастер - класс с родителями:***

***«Эмоциональный тренинг».***

***Подготовила и провела : Никитина Е.С.***

**Х.Красночервонный 2016 г.**

**Цель**: Сплочение группы через нахождение сходств у ее участников

**Психологический смысл упражнения:**

Упражнение эффективно работает на сплочение группы, так как участники начинают более внимательно присматриваться друг к другу и обнаруживают, что сходства между ними гораздо больше, чем они думали.

Тренинг.

Воспитатель предлагает разделиться на 2 команды по цвету карточек.

Оборудование : цветные картинки с изображением , листы бумаги.

Ход упражнения:

Каждая команда должна написать на листе черты сходства и черты различия в своей группе.

Выигрывает та команда, которая больше напишет сходств или различий за определенное время. (2 мин)Учитывается количество названных сходств и их качество.

раньше. Обсуждение:

Постараться подвести участников к мысли, что, хотя они все такие разные, сходства между ними гораздо больше, чем может показаться на первый взгляд.

2. Упражнение «Построимся»

Цель: обучение умению распределять роли в команде, сравнивать себя с другим участником по схожим признакам.

Ход упражнения:

«Теперь мы посмотрим, насколько Ваши общие черты проявляются у каждого из вас в отдельности!».

Ваша Задача , выполнять мои поручения, при этом не разговаривать.

– построиться в одну линию по росту. Затем задание усложняется – по длине волос, по цвету глаз.

Психологический смысл упражнения:

Участники лучше узнают друг друга, обучаются эффективному взаимодействию в команде.

Обсуждение: Трудно ли Вам было выполнять это упражнение? Почему?

Вывод Ценность наша в том, что мы можем увидеть во множестве отличий и сходств уникальность каждого человека.

3 Упражнение «Говорящие руки»

Цель: эмоционально-психологическое сближение участников.

Ход упражнения:

Участники делятся на пары, стоя лицом друг к другу. Ведущий дает команды, которые участники выполняют молча в образовавшейся паре..

Варианты инструкций образующимся парам:

Поздороваться с помощью рук.

Побороться руками.

Помириться руками.

Выразить поддержку с помощью рук.

Пожалеть руками.

Выразить радость.

Пожелать удачи.

Попрощаться руками.

Психологический смысл упражнения: происходит эмоционально-психологическое сближение участников за счет телесного контакта. Между ними улучшается взаимопонимание, развивается навык невербального общения.

Обсуждение: Что было легко, что сложно? Кому было сложно молча передавать информацию? Кому легко? Обращали ли внимание на информацию от партнера или больше думали, как передать информацию самим? Как Вы думаете, на что было направлено это упражнение?

важна общая согласованность и для себя? Какая стратегия выполнения была наиболее эффективна.

Давайте пофантазируем: Теплая осень, листва опадает, разноцветные листья лежат на земле. Вы гуляете по лесу, листва шуршит под вашими ногами. Перед вами красивейшее озеро, вода блестит, и вам хочется поплыть на лодке и насладиться запахом леса, воды и этой красотой. Обручи – это лодки. Под музыку вы будете ходить по берегу замечательного озера, вокруг которого осенний разноцветный лес, когда мелодия перестаёт звучать, необходимо выбрать себе лодку, их количество ограничено. Никто не должен остаться на берегу.

Вопросы: Что вы почувствовали, играя в эту игру? Какое настроение у вас?

сейчас?

Упражнение «Солнце любви»

Каждый участник рисует на листке бумаги солнце, в центре которого пишет имя ребенка. На каждом лучике солнца необходимо перечислить все прекрасные качества своих детей.

Затем все участники демонстрируют свое «солнце любви» и зачитывают то, что написали.

Предлагаю вам взять это Солнышко домой. Пусть теплые лучики его согреют сегодня  атмосферу вашего дома. Расскажите  вашему ребенку о том, как вы оценили его качества – подарите ребенку теплоту, ласку и внимание.

Рефлексия

Ведущий. Наша встреча завершается, вот в такой доброй и теплой атмосфере следует говорить о самом важном в жизни человека- о родительской любви. Родительство , является наиболее глубокой ответственностью, которую только может принять на себя взрослый человек. Каждый родитель должен стремиться формировать чувства высокого самоуважения и уверенности в себе. Сегодня мы с вами должны понять, что родительская любовь принесет ребенку гораздо больше счастья, если он будет постоянно видеть, что она проявляется не только по отношению к нему, но и друг к другу и окружающему миру.

Путь по тропинке родительской любви не заканчивается, шагайте вместе со своими детьми с любовью, заботой и надеждами.

Счастливого пути!



 

