

The background features several watercolor butterflies in shades of purple, pink, and yellow, scattered around a central white circle. There are also blue and pink watercolor splashes and brushstrokes on a light, textured background.

**СОВМЕСТНЫЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ
РОДИТЕЛЕЙ И
ДЕТЕЙ**

Дорогие ребята и родители!

Предлагаем ВАМ выполнить несколько совместных упражнений, которые помогут создать благоприятный психологический климат, дадут родителям и детям возможность почувствовать радость сотрудничества, настроить на дальнейшее общение. Напомнят ВАМ о том: что чтобы не случилось, есть люди, которые поймут и поддержат, что бывают ситуации, в которых одному человеку справиться сложно, и если у него есть семья (близкие люди), то с их помощью можно преодолеть многое. Вы откроетесь друг для друга с новых сторон.

Упражнение «Дружеский шарж на самого себя»

Нарисуйте шарж на самого себя (родитель и ребенок), а затем покажите свои рисунки друг другу, обсудите их и задайте любые возникшие вопросы.



Упражнение «Родственные связи и обязанности»

Каждому из нас важно знать: что бы ни случилось, есть люди, которые поймут, простят, поддержат, не дадут «пропасть».

Прочитайте сказку «Репка»

«Посадил дед репку. Выросла репка большая-пребольшая. Стал дед репку из земли тащить: тянет-потянет, вытянуть не может.

Позвал дед бабку. Бабка за дедку, дедка за репку — тянут-потянут, вытянуть не могут.

Позвала бабка внучку. Внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку — тянут-потянут, вытянуть не могут.

Кликнула внучка Жучку. Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку — тянут-потянут, вытянуть не могут.

Кликнула Жучка кошку. Кошка за Жучку, Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку — тянут-потянут, вытянуть не могут.

Позвала кошка мышку. Мышка за кошку, кошка за Жучку, Жучка за внучку, внучка за бабку, бабка за дедку, дедка за репку — тянут-потянут, вытащили репку!»

- **А теперь родитель и ребенок отдельно выполняют следующее задание:**

Представьте себе, что репка это ребенок, который, попал в конфликтную ситуацию. На листочках напишите, чем могут помочь в этой ситуации бабушка с дедушкой, родители, сестра (брат), кошка, собака, мышь (хомяк).

Обсудите ваши ответы, обменяйтесь мнениями.

Как вы думаете, кем для вас может в жизни являться мышка, в конфликтной ситуации? Кто (или что) может быть этой мышкой?(Обмен мнениями)

Упражнение «Рисунок вдвоем»

- Это упражнение способствует созданию благоприятного психологического климата, дает родителям и детям возможность почувствовать радость сотрудничества.
- Возьмите листы бумаги формата А4, наборы цветных карандашей включите спокойную музыку. Сейчас вы будете работать в паре родитель – ребенок. Я предлагаю нарисовать рисунок, который будет называться “Наш дом”.
- Приступайте, но Вам нельзя договариваться о том, что Вы будете рисовать, и вообще говорить друг с другом!
 - После того, как закончите, обсудите рисунок.
 - Кто был инициатором идей, что помогало или мешало работе, каким образом договаривались о прорисовке деталей.
 - Обсуждаются также те особенности Вашего взаимодействия, которые проявлялись на различных этапах выполнения задания: сотрудничество, соперничество, ориентация на интересы партнера или их игнорирование.

Мы очень надеемся, что упражнения ВАМ понравились и ВЫ с пользой провели время, Ваше настроение улучшилось!

До новых встреч!!!

Составитель:
педагог – психолог Центра «Радость»
Бондаренко Ирина Романовна