**Серия взаимосвязанных тренинговых встреч с родителями, имеющими детей с особенностями в развитии:**

**Подготовил:**

 **учитель-дефектолог, педагог-психолог Каракотова Е.В.**

1. Тренинг общения
2. Искусство быть счастливым

3. Тренинг взаимодействия с аутичными детьми»

**«Тренинг общения»**

**Упражнение 1. «Давайте познакомимся»**

**Цель:** дать возможность родителям познакомиться друг с другом, способствовать сплочению родительского коллектива.

*Оборудование и инвентарь:* ножницы, фломастеры, цветная бумага, булавки.
**Ход проведения.**

**Вводное слово**. «Сегодня мы все вместе «проживем» мастерскую общения «Давайте познакомимся!». Вам предлагается работать и общаться в группе, самостоятельно. Я буду отвечать на ваши вопросы и вместе с вами буду выполнять задания. Итак, начинаем!»

**Инструкция:**обведите и вырежьте из листа любого цвета свою ладонь, напишите в центре вырезанной ладони любым шрифтом с помощью фломастеров свое имя. Как бы вы хотели, чтобы к вам с сегодняшнего дня обращались, и вы при этой форме чувствовали себя комфортно (получается «визитка» каждого участника мастерской).

Расскажите о себе то, что заинтересует окружающих.

**Упражнение 2. «Чудесный мешочек»**

**Цель:**формирование позитивных установок восприятия своей семьи.

*Оборудование:*мешочек с различными мелкими предметами.

Психолог проходит по кругу с мешочком, в котором находятся различные мелкие предметы. Каждый из участников опускает руку в мешок и, не заглядывая в него, берет любой предмет. После того как все получат по одному предмету, психолог объясняет правила игры.

**Психолог.**У вас в руках по предмету. Найдите сходство между ними и вашей семьей. Мне достался пластмассовый шарик. Шарик — круглый. В нем нет углов, а значит, нет острых неразрешимых проблем. Наша семья всегда собирается за круглым, как этот шарик, столом. Это и есть то, что объединяет шарик и нашу семью.

**Упражнение 3. «Ладошки»**

**Цель:**Использование тактильных ощущений

Тихо звучит спокойная музыка. Психолог просит всех присутствующих закрыть глаза и положить свои руки на колени ладонями вверх. Один человек подходит к любому другому, кладет свои ладони на его ладони и садится на его место, а тот продолжает упражнение и т.д. Упражнение выполняется молча в течение 5-7 минут.

Психолог просит поделиться ощущениями и впечатлениями тех, к кому подошли во время упражнения («Как изменялось ваше состояние?») и тех, к кому не подошли («А вы что чувствовали?»). Чему учит нас это упражнение?

Итог: Для детей очень важно почувствовать прикосновение, внимание к себе взрослых. Когда ладони одного человека прикасаются к ладоням другого, происходит контакт двух людей, и третьего нет, никто не может вмешаться в контакт родителя с ребёнком – ни второй родитель, ни бабушка, ни другие дети. Поэтому и с нашими детьми с особыми детьми необходимо вести себя именно так.

**Упражнение 4. «Идеальный родитель»**

**Цель:** Рефлексия собственных чувств, чувств ребенка.

По желанию один родитель - «родитель», другой - «ребенок». По­скольку «идеальный родитель» - это огромная величина, ему по­ложено находиться на пьедестале. «Родитель» встает на стул. Ра­зыгрывается любая ситуация. Например, ребенок приходит домой, потеряв сменную обувь. Начинается диалог «родителя» и «ребенка». Группа и ведущий не только следуют за их разговором, но и обра­щают внимание на невербальные знаки: позу, жесты, движения те­ла, мимику. После окончания упражнения участники диалога отве­чают на вопрос: «Что каждый чувствовал, находясь в своей роли?», «Какие переживания испытал?», «Что подумал?» Обсуждение.

**Упражнение 5** **«Теремок»** События в игре разворачиваются так же, как в сказке «Теремок», только участники предлагают пять своих положительных качеств, для того чтобы их пустили в теремок. При этом группа каждый раз на названное качество одобряет участника словами «Ах, какой ты молодец!». Рефлексия. После того как вся группа попадает в теремок, все становятся в круг, берутся за руки, закрывают глаза и мысленно делятся своими качествами с остальными участниками.

**Упражнение 6. «Связующая нить»**

Цель: сплочение коллектива родителей, положительное завершение тренинга, рефлексия

Материалы: клубок ниток.

Процедура проведения: ведущий перекидывает одному из участников клубок ниток, оставляя себе конец клубка, и говорит, что он любит, о чём мечтает и что он желает тому участнику, которому передал клубок. Другой участник ловит клубок, наматывает нитку на палец и продолжает игру дальше. Когда все участники проделают это упражнение, всех членов группы связывают нити клубка. Спросить участников, что на их взгляд, напоминает эта связывающая нить, какие ассоциации вызывает. Затем предложить участникам закрыть глаза и удерживая свой конец нити, думать о том, что эта группа – единое целое, и каждый в группе ценен и важен.

**Упражнение 7. «Аплодисменты»**

**Мы с вами хорошо поработали. И в завершении я предлагаю представить на одной ладони улыбку, на другой – радость. А чтобы они не ушли от нас, их надо крепко-накрепко соединить в аплодисменты.**

**«Искусство быть счастливым»**

**Цель:** формирование позитивного отношения к себе, своему ребенку, через творческое включение.

**Задачи:**

1. Поиск внутренних ресурсов.
2. Приобретение положительного опыта.

Уважаемые родители, я рада сегодня приветствовать вас!

Наш день будет посвящен вашему ребенку и ребенку, который все еще живет в каждом взрослом. И я хочу задать один вопрос, вы помните свое детство? Каким вы были ребенком? А вы в детстве мечтали о сказочной жизни, полной волшебства и чудес?

Сейчас я сделаю вам предложение, от которого вы просто не сможете отказаться! Я предлагаю вам впустить в свою жизнь СЧАСТЬЕ!!! С этой минуты вы становитесь Творцом, творцом своего счастья. Помощник внутри, только услышьте его

Представьте свою жизнь в виде матрешки. Каждому при жизни выдается заготовка, которую вам предстоит раскрасить. У вас в руках полная палитра цветов. Вы можете сделать вашу матрешку черно-белой, серой или одноцветной. И вы можете использовать и множество разных цветов в самых невообразимых сочетаниях. Это ваша матрешка – ваша жизнь, и вы – Творец!

*(****матрешки для раскрашивания).***

Психолог: Каждый из нас ЛЮБИТ и ПОНИМАЕТ своего ребенка. Это ПРИНЯТИЕ находит свое выражение в нашей мимической реакции на действия ребенка, в наших жестах, в наших размышлениях, в наших словах, обращенных к ребенку,

**Упражнение «Что таится в имени моего ребенка» («Тайна имени»)**

Родителям предлагается назвать имя своего ребенка и охарактеризовать его по первой букве имени. Например: Женя — жизнерадостный.

**Упражнение «Погружение в детство»**

Ведущий. Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию: оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство — в то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день, вам три-четыре года. Представьте себя в том возрасте, в котором вы лучше себя помните. Вы идете по улице. Посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице, а рядом с вами близкий человек. Посмотрите, кто это. Вы берете его за руку и чувствуете ее тепло и надежность. Затем вы отпускаете руку и убегаете весело вперед, но недалеко, ждете своего близкого человека и снова берете его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете глаза и видите, что держите за руку совсем другого, незнакомого вам человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему, снова берете за руку, идете дальше и вместе с ним смеетесь над тем, что произошло.

А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату. Когда будете готовы, вы откроете глаза.

**Рефлексия**

— Удалось ли окунуться в детство?

— Почувствовали ли вы надежное плечо, сопровождающее вас в детстве?

— Что для вас значит «надежное плечо»?

— Какие чувства у вас были, когда вы потеряли поддержку?

— Что хотелось сделать?

**Арт-терапия**

**Групповое рисование «Мы вместе — это счастье».**

Сегодня мы будем рисовать групповой портрет семьи. В этом совместном рисунке нужно символически изобразить гармоничное объединение чувств всех членов семьи. Каждый участник начинает делать свой рисунок, затем по моему сигналу рисунки передаются соседу справа. В полученный от соседа слева рисунок каждый участник вносит свою лепту: что-то исправляет, дорисовывает. Затем опять по моему сигналу рисунок передается соседу справа для продолжения создания коллективного образа гармоничной семьи. Рисунками обмениваются несколько раз, пока каждый не будет завершен. Обсуждение:

Это задание позволит каждому из нас проявить чуть больше ласки, внимания, любви.

**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.

Психолог: 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.

**Музыкальная релаксация**

**Тема***«Ручеек—полноводная река».*Музыкальное сопровождение: В. Калинников отрывки из первой симфонии.

«Я — маленький ручеек. Я еле пробиваюсь из-под земли. Мое журчание еле слышно. Меня почти не видно среди травы. А трава густая, она поднимается надо мной и шумит как густой, дремучий лес...

Но я быстро бегу, извиваясь по полю, и понемногу становлюсь шире и сильнее... Вот во мне уже начинает бурлить энергия. Я весело перепрыгиваю с камня на камень и вприпрыжку лечу вперед. А за мной уже и не угнаться. Я лечу вперед стремительно, наслаждаясь своей силой. Да, конечно, вот я и стал рекою: сильной, быстрой, смелой, сметающей все препятствия на своем пути. Мне все нипочем. Я все могу. Я сильна и полновод­на. Я полна энергии. Моя сила в моем разуме. Я станов­люсь более спокойной и уверенной. Теперь я теку спо­койно и властно. Ничто не остановит меня на моем пути. И я сделаю то, что должна сделать в своей жизни. Я сде­лаю то, что мне предначертано судьбой, то, для чего я появилась на свет.

Каждый появляется на этом свете, чтобы стать сча­стливым! Я хочу быть счастливой! Я СЧАСТЛИВА! Я СЧАСТЛИВА, СЧАСТЛИВА, СЧАСТЛИВА!

**Подведение итогов работы. Рефлексия.**

— Что вам больше всего понравилось в нашей работе, что не понравилось?

— Какие чувства сопровождали во время всего цикла занятий?

Удалось ли вам прикоснуться к своему счастью, а возможно даже и потрогать? Оказывается как мало нужно взрослому для счастья, просто позволить своему внутреннему ребенку быть, слышать его и дарить свою любовь. Благодарю Вас за участие!

**«Тренинг взаимодействия с аутичными детьми»**

**Цель**: ознакомление и обучение родителей эффективному общению с ребенком и моделям уверенного поведения.

**Приветствие:**

Добрый вечер уважаемые родители. И я надеюсь, он действительно добрый…

Традиция приветствовать друг друга при встречи возникла задолго до наших дней. И сегодняшняя наша встреча не будет исключением.

Предлагаю вам поприветствовать друг друга, и настроится на позитив.

Здравствуйте мамы мальчиков, мамы мальчиков скажите «Здравствуйте».

Здравствуйте мамы девочек, мамы девочек скажите «Здравствуйте».

Здравствуйте папы мальчиков, папы мальчиков скажите «Здравствуйте».

Здравствуйте папы девочек, папы девочек скажите «Здравствуйте».

Рождение ребёнка – это радость в доме, кто согласен скажите громко «да»

Ребёнок надежда и будущее родителей, кто согласен скажите громко «да»

Дети — это гордость родителей, кто согласен скажите громко «да»

У кого самый замечательный ребёнок, громко крикните « у меня»

У кого ребёнок родился весной, крикните - «веснушка»

У кого ребёнок родился зимой, крикните - «снежинка»

У кого ребёнок родился осенью, крикните – «дождинка»

У кого ребёнок родился летом, крикните – «радуга»

Кто ответил на все вопросы, похлопайте в ладоши. Вы справились с задачей.

Любите и берегите своих детей!!!

Аутизм выражается в снижении контактов ребёнка со взрослым и сверстниками, и проявляется в его «погружении» в свой собственный мир. Интеллектуальное развитие таких детей протекает по-разному. В формировании синдрома раннего детского аутизма значительная роль отведена нарушению эффективной связи ребёнка с матерью. У ребёнка страдающих аутизмом нередко могут отмечаться нарушения зрения, слуха. Основными клиническими признаками аутизма являются:

1. Трудности коммуникации
2. Побочные реакции на сенсорные раздражители
3. Нарушения развития речи
4. Стереотипность поведения
5. Социальное взаимодействие

Аутичные дети зачастую бояться всего нового. Именно поэтому любая перестановка в доме, смена одежды, новая форма работы могут спровоцировать истерику ребёнка. Стремление к «ритуалам», к стереотипному поведению и движениям своеобразная защита аутичного ребёнка, который видит в окружающем угрозу. Наличие специфических страхов может быть объяснено тем, что аутичные дети воспринимают предметы не целостно, а на основе отдельных признаков

Работа с аутичными детьми требует терпения. На отработку навыка застёгивания пуговиц, может уйти достаточно много времени. Причём нет никакой гарантии в том, что полученный навык на каком-то этапе развития ребёнка не будет утерян (это может быть связано как с отсутствием мотивации, так и со сложностью извлечения информации из долговременной памяти. Работа с родителей аутичного ребёнка очень специфична, поскольку поведение такого ребёнка далеко не всегда можно объяснить с точки зрения логики. Его действия иногда приводят в замешательство не только окружающих, но даже близких людей. Семейное чтение тоже может оказаться очень эффективным при взаимодействии с аутичными детьми. В этом случае рекомендуется многократное, медлительное, тщательное, выразительное чтение, в процессе которого ребёнок с помощью взрослого знакомиться с литературными образами героев, осознаёт логику событий и обстоятельств. Многократное перечитывание одних и тех же произведений и многократные же разъяснения родителей помогают ребёнку научиться лучше понимать себя и окружающих, а те стереотипы, которые сформировались у него благодаря повторению «обучающего» чтения, снижают тревожность ребёнка и повышают его уверенность в себе. Родители могут использовать и метод совместного рисования, во время которого они также активно описывают словами всё, что рисуют, терпеливо объясняют ребёнку последовательность рисования, называют каждую деталь. Подобная работа способствует развитию восприятия, воображения, учит его взаимодействовать со взрослым. Многие родители недооценивают значение соблюдения режима распорядка дня для аутичного ребёнка. А это является одним из важнейших условий успешной адаптации ребёнка для того, чтобы он чувствовал себя в безопасности. Причём желательно, чтобы основные режимные моменты не только проговаривались и соблюдались взрослыми, но и были изображены в виде понятных ребёнку пиктограмм в удобном для него месте.

Предлагаю попробовать некоторые методы:

1. «**Рукавички**» Способствует установлению взаимопонимания с партнёром, развитию умения устанавливать контакт с окружающими. Ведущий раздаёт рукавички игрокам. Каждый должен найти свою пару. Затем пара садиться за стол и без слов, используя три карандаша разного цвета, как можно быстрее раскрашивает одинаково свои рукавички. (Легко ли было договориться с партнёром?)
2. «**Охота на динозавриков**» Учить взаимодействовать с окружающими не только вербально, но и невербально, способствовать формированию умения фиксировать малейшие изменения в мимике партнёра по общению, что является необходимым при работе с аутичными детьми. Группа участников встаёт в круг. Водящий выходит за круг, становиться спиной к группе и считает до 10. В это время участники передают друг другу игрушечного динозаврика. По окончании счёта тот, у кого находится зверёк, вытягивая руки вперёд, закрывает его ладошками. Остальные участники повторяют тот же жест. Задача водящего найти, у кого в руках динозаврик.

- Какие чувства испытывали?

- Что хотелось сделать?

1. «**Чудесный мешочек**» Развитие кинестетических ощущений, восприятие цвета, формы, умения сотрудничать со взрослым. В волшебный мешочек кладут геометрические фигуры. Ребёнок нащупывает фигуру, называет её, вынимает, рисует на листе бумаги такую же фигуру, сравнивает с оригиналом, раскрашивает её в тот же цвет.

**Основные правила воспитания аутичных детей**:

1. **Соблюдение режима дня ребенка**. Составьте и напишите распорядок дня ребёнка, повесьте его на видное место.
2. **Формируйте стереотипы поведения ребёнка в различных ситуациях**. Выполняйте в строгой, заведённой раз и навсегда последовательности различные повседневные процедуры и режимы: одевания, кормления, приготовление ко сну ит.д.; для этого можно отвести специальное место для складывания одежды, причём складывать её надо всегда в одной и той же последовательности. В ванной перед зеркалом можно разложить принадлежности для умывания. В уголке для занятий или игр можно повесить схему расположения игрушек или предметов на столе и в столе.
3. **Обучайте ребёнка пользоваться пооперационными картами, схемами и т. д.**Можно подобрать ряд игр по развитию навыков чтения пооперационных карт.
4. **Старайтесь, чтобы ребёнок получал яркие впечатления от произведений искусства**. Организуйте совместное с ребёнком прослушивание пластинок, просмотр телевизионных передач, поездки в цирк, музей и т. д.

Психолог: Зачастую родители, делая замечания малышам в опасных для их жизни ситуациях, используют неверную тактику. Вместо того, чтобы сказать ребенку, что нужно сделать, родители говорят ему, что делать не надо.

В результате ребенок не получает нужной информации, а слова взрослого провоцируют его делать наоборот (Например. Что будет делать ребенок на слова: «Не подходи к телевизору!»).

Обращение к ребенку должно быть позитивным, т.е. предполагать ответное действие, а не бездействие.

**Упражнение «Недетские запреты»**

Выбирается один участник и садится на стул в центре круга. Все остальные по одному подходят к нему и говорят, что они ему запрещают делать, — то, что участники чаще всего говорят своему ребенку. При этом капроновой лентой завязывают ту часть тела, которой касался запрет. Например: «Не кричи!» — завязывается рот, «Не бегай» — завязываются ноги и т.д.

После того как выскажутся все участники, сидящему предлагается встать. Так как он не сможет встать, то его нужно развязать. Для этого каждый участник подходит к ленте, которую завязал, и снимает запрет, то есть говорит, что делать можно. Таким образом, суть запрета остается. Например: «Не кричи — говори спокойно».

**Рефлексия**

**Рефлексия участника, игравшего роль ребенка:**

— Что вы чувствовали, когда «родители» сковывали, ограничивали вашу свободу?

— Ограничение движения какой части тела вы ощутили наиболее остро?

— Какие чувства были у вас, когда вам предложили встать?

— Что хотелось развязать в первую очередь?

— Что вы чувствуете сейчас?

**Рефлексия участников, игравших роль взрослого:**

— Что вы чувствовали, когда видели обездвиженного ребенка?

— Что вам хотелось сделать?

— Легко ли найти слова, позволяющие переформулировать запрет?

— Какие чувства вы испытываете сейчас?

**Музыкальная релаксация**

Тема *«Мать и дитя».*Музыкальное сопровожде­ние: «AveMaria» Ф. Шуберта в инструментальном переложении Р. Клайдермана и Д. Ласта. *Психолог:*

«Мать и дитя - вечная тема в литературе, живописи, музыке, в искусстве в целом. Женщина, которая еще не стала матерью, но уже зародившая в себе будущую жизнь, иначе воспринимает мир. Она ощущает его как бы за двоих. Вспомните, как Вы ощущали первые дви­жения Вашего ребенка. Вспомните, как Вы в них вслу­шивались и радовались каждому новому толчку. Жен­щина, несущая в себе новую жизнь, смотрит на мир двумя парами глаз, дышит, чувствует, осязает и осмыс­ляет окружающее и за себя, и за своего будущего ма­лыша. Вспомните, какие перевоплощения происходили с вами в то время.

Женщина долгие 9 месяцев ждет появления на свет своего маленького чуда, своего счастливого продолже­ния в жизни. Вспомните, как Вы постепенно наполня­лись счастьем ожидания этого чуда.

И вот, наконец, наступает тот момент, когда на свет появляется ОН, так долго ожидаемый, но уже горячо любимый, плоть от плоти, кровь от крови, ее МАЛЫШ. Вспомните, то блаженство, в которое погрузилось все Ваше существо после рождения ребенка. После боли и возможных слез наступило СЧАСТЬЕ.

ОН РОДИЛСЯ!!! Вспомните, как Вы были счастли­вы тогда. Улыбнитесь же Вашему малышу. Улыбни­тесь. Возьмите его на руки. Прижмите к груди. Пока­чайте. ОН ВАШ, ТОЛЬКО ВАШ, НАВСЕГДА ВАШ. ВАША ЛЮБОВЬ К НЕМУ ВСЕСИЛЬНА И БЕЗГРА­НИЧНА!!!

Глубоко вздохните... Открывайте глаза».