

МКҚК №11 «Аружан» бөбекжай бақшасы



Тренинг

«Отбасым-бақытым!»

Педагог-психолог: Калтаева Ж.А.

Шымкент қаласы

Тақырыбы: «Отбасы – өмір аясы»

Мақсаты: Балабақша мен ата-аналар байланысын, отбасындағы тәрбиенің рөлін арттыру. Бала тәрбиелеуде ата-аналарға кеңес беру және түсінік беру. Ата- анамен бала арасындағы қарым-қатынасты нығайту.

Құрал жабдықтар: тақта, плакат, алдын ала дайындалған күн шуақтары, көк түсті қағаздар, жәй әуендер жазылған үнтаспа, шар, түрлі-түсті қағаздан жасалған жұлдыздар, сұрақтар жазылған карточкалар.

Әдіс тәсілдері: сәлемдесу шеңбері, көңіл-күйіңізді жаттықтыру, ккарточка бойынша сұрақтарға жауап беру, сергіту сәті. Релаксация «Менің галактикам» саяхат, талқылау, қорытынды, тілек шамы.

Сәлеметсіздер ме, құрметті ата-аналар. Бүгінгі біздің «Отбасы-өмір аясы» тақырыбындағы семинар тренингке қош келдіңіздер!

Отан- отбасынан басталады, отбасы- ол өмір сүрудің факторы. Бала біздің байлығымыз, болашағымыз.

Бізде- балабақша ұжымы мен ата-аналардың мақсат-міндеттері бір. Ол, әрине балаларымыздың тәртіпті, білімді елін-жерін мақтан ететін ұл-қыз өсіріп тәрбиелеу. Баланың ыстық суығына күймейтін, жақсылығына сүйінбейтін ата-ана жоқ шығар. Бүгінгі ұл ертеңгі әке, ол әкеге қарап өседі. Бүгінгі қыз ертеңгі ана, ол шешеге қарап өсіп, бой түзейді. Балаға білім, тәрбие беруде басты тұлға тәрбиеші болса, оны жалғастырушы, демеуші – ата-ана. Бәріміз бірге балаларға отбасы жылулығын, балабақша жылулығын беруді аямайық. Сондықтан да бүгінгі кездесуіміз сіздер үшін.

1. «Танысу» тренингі: Ата-аналар өздерінің есімдерін, баласының есімін айтып және өзге ұлт өкілдерінше қимылмен амандасады.

Үнділерше қимылмен амандасады.

Италияда бір-бірімен құшақтасып амандасады.

Бразилияда бір-бірінің иығынан қағып амандасады.

Македонияда шынтақтарымен амандасады.

Никарагуада иықтарымен амандасады.

Қазіргі гректер «Аман бол» деген сөзбен амандасады.

Арабтар «Әлем сенімен» деп амандасады.

Австралияда үш әрекетпен амандасады: қол соғады, секіреді, жамбасымен қағып амандасады.

2. «Күн шуағы»

Тақтаға күн сәулесі ілінеді, күн шуақтары әр топқа бөлініп беріледі, әр ата ана әр шуаққа өз баласының жағымды мінез- құлқын жазып шығару керек. Жазған мәліметтері туралы ортаға салып, талқылап күннің шуақтары тақтаға ілінеді.

Енді жұлдызыңызды теннис добының мөлшеріне дейін кішірейтіңіз. Оны алақаныңызға салыңыз. Ол керемет, солай емес пе? Оған жылулық, нәзіктік жіберіңіз, оған сыбырлаңыз: «Сен әдемісің?»

Енді оны аспанға жіберіңіз, оның жолын қадағалаңыз, және ол түнгі аспанда өз орнын алған кезде, оған күлімсіреңіз: сіз әрқашан оның қасындасыз. Енді көзіңізді ашыңыз.

«Сен ерекше» презентациясы.

Қараңызшы, сізде галактиканың бір бөлігі бар (көк түсті А4)!. Бірақ ол әлі бір жұлдызды көре алмайды. Енді сіз өзіңіздің Галактикаңызды жасайсыз, онда сіз қанша жұлдыз болады деп ойлайсыз. Ыдыста алдын ала қиылып жасалған түрлі түсті жұлдызшалар бар сол жұлдыздар арқылы өз галактикаңызды жасаңыз. Тамаша! Сіз өз Галактикаңызды жасадыңыз.

Ал енді іздеңіз барлық жұлдыздардың арасынан өз жұлдызыңызды табыңыз. Оған «Мен» деп жазып қойыңыз. Енді сүйікті адамыңыздың жұбайыңыздың жұлдызын табуға тырысыңыз. Балаңыздың жұлдызын табыңыз. Ол жұлдызға жазып қойыңыз. Қалған барлық жұлдыздарға туыстарыңыздың, жақындарыңыздың, әріптестеріңіздің, таныстарыңыздың – айналаңыздағы адамдардың есімдерін беріңіз. Сіздің Галактикаңызда атаусыз жұлдыз болмауы керек.

Психологиялық тұрғыдан сіз өмір сүретін әлемді құрдыңыз, сіздің әлеуметтік ортаңызға эмоционалды көзқарасыңызды білдірдіңіз.

Енді талдап көрейік: алдымен «мен» жұлдызшасының қай жерде екеніне назар аударыңыз: парақтың ортасында, жоғарғы жағында, төменгі жағында. Бұл сіздің өзін-өзі бағалауыңыз, өзіңізге деген көз қарасыңыз туралы айтады; бұл туралы жұлдыздың мөлшеріде айтады.

Егер сіздің жұлдызыңыз ең үлкен болса, парақтың ортасында немаєсе одан жоғары болса-бұл эгоцентризмді, әрқашан назарда болуды, жоғары өзін-өзі бағалауды білдіреді. Егер жұлдызша кішкенай болса, басқа жұлдыздардан алыс бұрышта болса, сіз өзіңіздің маңыздылығыңызды төмендетпейтіндігіңіз туралы ойлауыңыз керек, басқалармен қарым-қатынасыңыз қандай, мүмкін сіз басқа адамдармен араласудан аулақ боласыз ба?

Жұлдызыңыздың түсі сіздің эмоционалды күйіңізді, сондай-ақ айналаңыздағы адамдарды эмоционалды деңгейде қабылдағаныңызды білдіреді.

Жасыл түс сіз өзіңізді немесе басқа адамды саналы, сабырлы екеніңізді білдіреді.

Көк- бір қалыпты, сәл суық.

Қызғылт- нәзік (розовый) сезімтал, осал.

Қызыл- мейірімді, көпшіл, жігерлі, сенімді, ашуланшақ.

Қызғылт сары (оранжевый) икемді, мейірімді, жанашыр, көркем дарынды, бірақ үстірт, жақсы көңіл-күй басым, қызығушылықтары тұрақсыз, хоббиге деген қажеттілік.

Сары- өте белсенді, ашық, көпшіл, көңілді.

3. Жағдаятты сұрақтар.

Мақсаты: Ата-аналарды әр түрлі мәселелерге шеше білуге дағдыландыру. Түрлі сұрақтар үрленген шарға ілінген бланктер әр тоқа беріледі. Әр топ өздеріне қойылған сұрақтарға жауап береді.

Жағдаятты сұрақтар:

1. Сіздің балабақшаға келіп жүрген балаңызды, сыртқа серуенге шыққан да тәрбиеші ұрып жатқанын көршіңіз көріп, сізге хабарласып баяндаса, сіздің іс-әрекетіңіз?
2. Сіз балабақшадағы тәрбиешілерден «Сіздің балаңыз басқа балаларды ұрады» деген біршенше шағым айтылды. Не істейсіз? Балаңызды қалай тәрбиелейсіз?
3. Кейбір ата-аналар баласының әрбір істеген іс-әрекетіне көңілі толмай, «Сен істей алмайсың, сен сала алмайсың» деп айтып жатқанын байқаймыз. Бала іс-әрекетіне теріс баға беруге қалай қарайсыз?
4. «Балаңыз балабақшаға бармаймын»-деп жылайды, сіздің іс-әрекетіңіз.

4. «Сергіту сәті»

Қанекей ата-аналар, орнымыздан тұрып бір әсем әуенмен бір сергіп алсақ. Көңілді әуенге шеңбер бойына тұрып қимылдар жасау.

5. «Менің галактикам» психологиялық жаттығу

Мақсаты: Ата-ананың жеке ерекшеліктеріен айналаңыздағы адамдардың эмоционалды қабылдауын түсінуге көмек тесу, сондай-ақ олармен тиісті қарым-қатынас орнату.

Жаттығу барысы

Әуен естіледі

Әр кеш сайын жұлдыздар түнгі аспанда жанады. Бір қарағанда, олардың бәрі бірдей болып көрінеді, бірақ бір-екі минут өтті, біз бір жұлдыздың басқалардан үлкен екенін байқаймыз, басқалары жарқырайды, ал басқалары жерге түсетін жарықпен ерекшеленеді: көк, қызғылт, ақ.

Әр адам жұлдыз сияқты. Әркімнің өз әлемі бар.

Енді көзіңді жұмып, дала қараңғылана түскенін елестетіп көріңіз. Сіз түнгі аспанға қарай жүресіз, жұлдыздар әлі көрінбейді. Кенеттен аспанда алғашқы жұлдыз пайда болды. Жақынырақ қарау үшін оны өзіңізге жақындатыңыз: ол бақа жұлдыздардан үлкенірек, кішірек немесе бірдей ме? Сіздің жұлдызыңыз қандай түсті? Ол қандай жарық шығарады—жылы немесе суық?

Галактиканың басқа нұсқасын жасағысы келген тренингке қатысушылар үстелге келіп, өз галактикаларын қайта жасайды. Содан кейін психолог қатысушылардан екі галактикасын қатар қоюды, оларға мұқият қарап, біреуін таңдауды сұрайды. Ол көбірек ұнайды, ту олар үйлеріне алып кетеді. Оны үйде қабырғаға іліп қоюға болады, ал бірінші нұсқа психологта қалдыру, онымен Сіздің Галактикаңыздағы барлық жұлдыздарды қарап шығыңыз. Қара және сұр жұлдыздарға назар аударыңыз. Кімге және неге «Барғанын» ойлаңыз. Бұл адамдармен қандай қарым-қатынасыңыз бар? Неліктен? Сізге осындай қарым-қатынас қажет пе?

Сізге Галактика ұнайды ма? Сіз онда бір нәрсені өзгерткіңіз келе ме?

Өз әлемін өзгерткісі келетіндер үшін қазір сіздің Галактикаңыздың керемет бейнесін жасауға мүмкіндік бар. Алынған білімді қолдана отырып, сіз оны ең жақсы көргіңіз келетін жаңа галактиканы жасаңыз: сіздің идеалды әлеміңіз, онда бәрі үйлесімді, керемет.

Содан кейін екі Галактикаңызды қатар қойыңыз, оларға мұқият қарап, өзіңзге ұнайтынды тандаңыз. Егер сіз Галактиканың бірінші нұсқасын қаласаңыз, онда сіз әлі өзгеруге дайын емессіз. Бұл жаттығуды біраз уақыттан, кейін орындаңыз. Барлық проблемаларды қалдыру.

Құрметті ата-аналар өз орындарыңызға ыңғайлы отырып жайғасыңыздар.

6. Қорытынды

Осымен бүгінгі семинар тренингімізді мына өлең шумақтарымен аяқтасам:

Тәрбие мектеп-отбасы,

Ақылды баулып, тіл ұштар.

Өрімдей тезге тартылған

Әдепті бейне дұрыстар.

Ата-ана болса өрнекті,

Ұл мен қыз өсер көрнекті.

Әуезов Мұхаң айтқандай:

Түзейік бесік-жәргекті.

Деп бүгінгі «Отбасы-өмір аясы» тақырыбындағы семинар тренингімізді аяқтаймыз.
Қош сау болыңыздар!