

ПРОЕКТ ФГБНУ «ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ ОБРАЗОВАНИЯ»
И АНО «АЗБУКА СЕМЬИ»
РОДИТЕЛЬСКИЕ СОБРАНИЯ «АЗБУКА СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ»

СЦЕНАРИЙ МЕРОПРИЯТИЯ. ТЕМА: КАК СТРЕСС ВЛИЯЕТ НА РАЗВИТИЕ МОЗГА РЕБЕНКА

Урок 3.5 книги-тренажера
Формат: род. собрание, встреча
с родителями, вебинар, марафон
в чате, т. д.



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ

Цель собрания:

- передача родителям знаний о влиянии детской психологической травмы.

Задачи собрания:

- дать родителям представление о развитии мозга ребенка
- проанализировать, как стресс и страх могут повлиять на мозг ребенка
- дать возможность участникам поделиться своими чувствами и мыслями на данную тему.

Длительность собрания (онлайн или офлайн формат):

- 60-80 минут

Оборудование:

- Книга-тренажер «Азбука счастливой семьи»
- Чек-лист по теме для каждого родителя
- Копия задания по теме для каждого родителя
- Экран и проектор для демонстрации видео-лекции
- Флипчарт /доска, маркеры
- Правила работы в группе (либо как плакат, либо как раздаточный материал, к которому можно обращаться по мере необходимости).

СЦЕНАРИЙ МЕРОПРИЯТИЯ ПО ТЕМЕ «КАК СТРЕСС ВЛИЯЕТ НА РАЗВИТИЕ МОЗГА РЕБЕНКА?»

I. Приветствие и введение в тему (5 минут):

*Педагог приветствует родителей, говорит об **основных правилах** безопасных и доверительных отношений участников группы. И предлагает начать встречу.*

II. Разминка (10 минут) «Что вы знаете о стрессе?».

Материал: листы А3, маркеры

Педагог предлагает собрать информацию от группы на тему: «Что вы знаете о стрессе?»

Для этого группа делится на подгруппы по 3-4 человека. Этот вопрос обсуждается в подгруппах и затем, результат работы предьявляется всем участникам по очереди от каждой группы.

Ответы родителей не фиксируются на доске/флипчарте. Участники свободно высказываются в своих подгруппах. Могут продолжать высказываться и по ходу выступления представителя группы. Принимаются все варианты без критики и осуждений. В итоге педагог резюмирует, что хронический стресс и страх сильно влияют на мозг человека — в особенности на мозг ребенка.

III. Основная содержательная часть — мини-лекция (просмотр видеозаписи 20 минут)

Педагог организует просмотр 20-минутной видео-лекции в группе родителей.

IV. Проработка темы встречи в задании индивидуально (10 минут)

Педагог предлагает разобрать одно задание по теме и обсудить его в парах. Участники делятся на пары для последующего обсуждения. Индивидуальная проработка задания № 3 «Стрессовая ситуация» (стр. 310 книги-тренажера).

V. Обсуждение в парах результатов задания (10 минут):

Обсуждение результатов задания и чувств родителей в паре (высказываются по очереди).

VI. Ответ на ключевой вопрос мероприятия в группе (10 минут)

Педагог предлагает группе вопрос: «Может ли стресс повлиять на качество усвоения ребенком учебного материала?»

Группа высказывает свои мнения. Обсуждение ведется в свободном порядке. Участники высказываются по желанию. В конце обсуждения педагог подводит итог о том, что хронический стресс и страх — это враги мозга ребенка. «Если ребенок подвергается сильным или постоянным угрозам или воздействию травмирующих ситуаций, его система реагирования на стресс может стать чрезмерно чувствительной, и тогда на обычные события он будет реагировать, как на несущие угрозу». (Б. Перри)

VII. Ресурсное упражнение «Письмо самому себе» (10 минут)

Педагог: — Сейчас вы напишите письмо самому близкому вам человеку. Кто самый близкий вам человек? (Участники высказываются). Конечно же, вы сами. Напишите письмо себе, любимому. Любимому, потому что нельзя жить, не любя самого близкого себе человека.

Участники пишут письмо под тихую музыку. Затем, педагог предлагает обменяться впечатлениями о том, с какими чувствами они писали письма. Можно попросить зачитать свое письмо по желанию.

По ходу педагог может давать комментарии. Стоит обратить внимание на то, как кто-то делится с собой теплом и нежностью, кто-то с собой на дружеской ноге, кто-то тоскует по себе и т. д.

VIII. Обратная связь от родителей (10 минут)

Педагог: — Что для вас сегодня было особенно полезно? С какими чувствами, мыслями, открытиями вы уходите? Поделитесь, пожалуйста!

Ответы родителей могут фиксироваться на доске/флипчарте. Принимаются все варианты без критики и осуждений. В конце ведущий просит озвучить желающих свои мысли и подводит итог, в зависимости от высказываний группы.

IX. Заключительное слово педагога и домашние задания (2 минуты):

Педагог благодарит группу за работу, активность, проявленный интерес к теме и дает домашние задания.

Домашние задания для родителей (практики на укрепление отношений с детьми):

1. В общении со своим ребенком обратите внимание на все ситуации, в которых возможен выбор. Если раньше вы не давали в них выбора ребенку, подумайте, как можно его предложить.
2. Задавайте ребенку любого возраста вопросы о том, что он хотел бы надеть, чем заняться, куда пойти, во что поиграть, с чего начать уроки, предлагая два-три конкретных варианта.
3. Практикуйте навык предоставления права выбора ребенку каждый день.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ:

Книги:

1. Книга-тренажер «Азбука счастливой семьи. 30 уроков осознанного родительства»
2. Брюс Перри «Мальчик, которого растили как собаку»
3. БесселвандерКолк. «Тело помнит все: какую роль психологическая травма играет в жизни человека и какие техники помогают ее преодолеть»

Способы снижения уровня стресса ребенка:

1. Будьте доброжелательны со взрослыми и с детьми
2. Заботьтесь о своем моральном состоянии, ищите поддержку
3. Будьте физически и психологически доступны для своего ребенка
4. Не навязывайте ребенку контакт, но оставайтесь рядом
5. Предлагайте ребенку занятия, помогающие регуляции (монотонные действия — раскрашивание картинок, ходьбу, катание на качелях, т. д.)
6. Объясняйте ребенку свои действия и все, что с ним происходит
7. Чаще передавайте контроль над решениями (выбор) самому ребенку.



ИНСТИТУТВОСПИТАНИЯ.РФ



**КРАСНЫЙ КОНЬ |
ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ**