

# Сценарий тренинга «Кризис 3 лет преодолеем без потерь» с элементами квест-игры для родителей младших дошкольников

## Ход тренинга:

Звучит спокойная музыка. Родители собираются в музыкальном зале. Столы расставлены по кругу.

На них лежат веточки икебаны, памятки, карточки, листы бумаги, карандаши, атрибуты для игры.

**Ведущий:** Уважаемые родители! Я рада видеть вас в нашем родительском клубе! Сегодня мы поговорим о том, как развивается ребенок в 3 года. На этом возрастном этапе он начинает осознавать себя как личность, его эмоциональные переживания становятся глубже, расширяется сфера деятельности, интенсивнее идет психофизическое развитие. Становление детской личности связано с эмоциональной сферой, сферой интересов и мотивами поведения. В этот период особое значение имеет семейное воспитание. Именно в семье ребенок учится радоваться, огорчаться, удивлять, любить. Характер общения с ребенком определяет его эмоциональное самочувствие.

Прежде чем приступить к обсуждению этой важной темы, давайте поприветствуем друг друга.

Ведущий предлагает всем участникам прикрепить бейджики с именами.

## Игра «Поприветствуем друг друга»

Цель игры – создать творческую атмосферу. Участники берут по одной карточке, на которой написано «европеец» или «японец». Не объявляя, какая карточка им досталась, они приветствуют друг друга соответствующим способом: «европейцы» пожимают друг другу руки, «японцы» кланяются. Задача игроков – найти «своих» и поделиться на 2 группы.

## Установка

Участники объявляют, что они ожидают от предстоящего тренинга:

- «Сегодня я научусь...»;
- «Сегодня я стану...»;
- «Отныне я буду...».

## Игра-знакомство «Никто не знает, что я...»

Ведущий берет клубок ниток и передает его от одного участника к другому. Тот, кто получает клубок, представляется и заканчивает предложение: «Никто не знает, что я...» Так участник рассказывает о своих интересах. Например: «...очень люблю готовить», «...собираю коллекцию...»)

**Ведущий:** А теперь поговорим о наших детях, их качествах.

## Упражнение на сплочение группы «Вот какой он, мой ребенок!»

Ведущий дает каждому участнику лист с изображением двух ладоней. Задача родителей – на каждом пальце написать букву имени своего ребенка, а затем подобрать качество, которое начинается на эту букву и соответствует характеру ребенка.

Родители представляют свои описания.

**Ведущий:** Вы рассказали о лучших качествах своих детей. На них и нужно опираться в процессе общения с ребенком. А качества, которые вам не по душе, при правильных действиях, которыми вы овладеете, скоро уйдут на второй план или совсем исчезнут.

Тему нашей встречи, чтобы не раскрывать интриги, я бы назвала так: «Что с моим ребенком?» Тема важная, насущная. Я решила вас собрать, чтобы понять, почему в определенный момент жизни у вашего ребенка поведение, настроение, отношение к вам меняется в худшую сторону и что в этом случае надо делать. Давайте посмотрим небольшой видеоролик.

Участники тренинга смотрят видеоролик «День за днем мы растем» о том, как дети играли, занимались и вели себя в разные режимные моменты в ДОО.

**Ведущий:** Вы увидели, какими за 9 месяцев стали дети. Они быстро развиваются, многому научились. Но нервная система дошкольника 3 лет неустойчива. Настроение меняется в зависимости от ситуации. Наблюдаете ли вы сейчас изменения в эмоциональном состоянии своих детей и их поведении?

Каждый родитель рассказывает про изменения в поведении своего ребенка.

### Задание «Особенности поведения»

Ведущий раздает карточки с утверждениями. Задача родителей – отметить те утверждения, которые соответствуют поведению их детей:

- Мой ребенок изменился, стал совершенно другим.
- Стал упрямым, постоянно настаивает на своем.
- Не воспринимает мнение других.
- Часто устраивает истерики.
- Отказывается выполнять требования взрослых, словно их не слышит.
- Стремится достигнуть своей цели, используя отрицательные методы воздействия на родителей: нытье, угрозы, капризы.
- Ругается, дразнится, обзывает родителей.
- Проявляет деспотическую власть по отношению к родителям.
- Ревнует по отношению к другим детям: может забирать игрушки, одежду, толкает, замахивается.
- Отказывается подчиняться требованиям взрослых и стремится сделать все наоборот, даже вопреки собственному желанию.

По желанию родители озвучивают свои ответы. Ведущий обобщает их.

**Ведущий:** На основании ваших ответов можно сказать, что многим из вас кажется, что ребенка будто подменили. Он стал капризным, делает все наоборот, поступает назло, бросает игрушки, грубит.

Давайте опишем типичное утро ребенка 3 лет. Мама или папа с ребенком собираются в детский сад. Родитель торопится, ведь ему уже пора на работу. А ребенок тянет время. Пуговицы застегивать не дает, сапоги надевать не разрешает. Он все хочет делать сам, при этом ковыряется, хнычет, простейшие действия у него не получаются. Родитель начинает нервничать, дергать ребенка, в результате не сдерживается и кричит на него. Ребенок впадает в истерику. Родитель нервничает еще больше. В результате оба опаздывают: ребенок – в сад; родитель – на работу. Чтобы правильно назвать такое состояние, расшифруйте ребус.



**Родители:** Это кризис.

**Ведущий:** Верно. Возраст от 2,5 до 3,5 года – критический. В этот период формируется «Я» ребенка, которое влияет на все его дальнейшее развитие. Этот период требует пристального внимания родителей и педагогов. Данная проблема актуальна еще и потому, что меняются ваши личностные ориентиры и мировоззрение. Чрезмерная занятость, недостаточность психолого-педагогических знаний и неумение эффективно общаться с ребенком особенно в период возрастного кризиса усугубляют ситуацию. Каковы же признаки этого явления? Их сформулировал советский психолог, исследователь высших психологических функций Лев Семенович Выготский и назвал «Семизвездием симптомов». Чтобы узнать о них, предлагаю принять участие в квест-игре.

### **Квест-игра «Поиск симптомов кризиса 3 лет»**

#### **1-й симптом – негативизм**

Участники разгадывают кроссворд. Отгадывают слова по горизонтали и называют слово – симптом кризиса 3 лет, сложив получившиеся буквы по вертикали.

			1. Н	Е	Б	О		
2.	П	О	Л	Е				
			3. Г	О	Л	У	Б	Ь
4.	Р	О	З	А				
			5. Т	О	Р	Т		
			6. И	Г	Р	А		
7.	П	Л	О	В				
8.	П	О	Н	И				
			9. З	И	М	А		
10.	П	А	Р	О	М			

По горизонтали:

1. Атмосфера. (Ответ: небо.)
2. Деревенские пашни. (Ответ: поле.)
3. Городская птица. (Ответ: голубь.)
4. Цветок. (Ответ: роза.)
5. Бывает слоеный. (Ответ: торт.)
6. Любимая детская забава. (Ответ: игра.)
7. Блюдо из риса. (Ответ: плов.)
8. Маленькая лошадка. (Ответ: пони.)
9. Холодное время года. (Ответ: зима.)
10. Средство переправы на другой берег. (Ответ: паром.)

**Правильный ответ:** негативизм.

**Комментарий педагога-психолога.** Негативизм – нежелание выполнять указания взрослого. Это не просто непослушание, а стремление делать все наоборот. Например, ребенок очень любит кататься на велосипеде. Ему не всегда разрешают, но тут говорят: «Иди катайся». Он отвечает: «Не пойду». Дело в том, что в голосе родителей он уловил повелительные нотки. Дети не только

протестуют на каждом шагу против излишней, по их мнению, опеки, но специально делают то, что им запрещено.

## 2-й симптом – упрямство

Ведущий показывает участникам картинки с изображениями разных животных:

- волк, который смотрит вдаль;
- лиса, которая прижалась к лисенку;
- кролик, который прячется в траве;
- рычащий тигр;
- бегущий поросенок;
- белочка, которая грызет орешки;
- осел, стоящий на одном месте;
- тигр, который лежит на камне;
- кабан перед нападением;
- мирно гуляющий козлик;
- медленно бредущий медведь;
- обезьяна, которая грызет ветку бамбука.

Затем ведущий просит выбрать ту картинку, которая отражает следующую позицию: «Стал и буду стоять». В поведении одного из животных скрыта характеристика симптома возрастного кризиса 3 лет.

**Правильный ответ:** осел.

**Комментарий педагога-психолога.** Приведем пример поведения дошкольника 3 лет. Ребенок проснулся, и мама просит его встать с постели. Но он в течение долгого времени не соглашается вставать, хотя ему уже давно надоело лежать и хочется поиграть. Однако ребенок заявляет: «Сказал: „Не встану“ – значит, не встану!» Это «такая реакция ребенка, когда он настаивает на чем-либо не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал, что он так захотел» (Л. Выготский), т. е. это «реакция не на предложение, а на свое собственное решение» (М. Ермолаева).

## 3-й симптом – строптивость

Ведущий предлагает участникам тренинга филфорд – таблицу с набором букв. Задание – найти в ней слово, которое обозначает упрямство, непокорство, непослушание, непокорливость, непослушливость, непокорность.

А	П	О	Д	С	Д	Ь	З	О	О	Ч	Т	Ю	С
С	Ч	О	А	С	Д	У	З	О	О	Ю	А	В	С
Я	А	С	Д	Ь	З	О	Я	Ч	Т	Ю	А	В	Я
С	Т	Р	О	П	Т	И	З	В	Ф	А	В	Ы	У
В	Ч	Т	Ю	А	В	В	О	А	С	Д	Р	О	В
Ч	А	С	Д	Ь	З	О	П	Н	Р	К	Н	Б	Ч
Я	Ч	Т	Ю	А	В	С	А	С	Д	Ь	З	О	Я
Ы	П	М	Ы	З	О	Т	Ы	Ч	Т	Ю	Н	З	Ы
Ф	А	Ц	Ф	Ч	Т	Ь	П	Р	О	Т	Е	С	Т
А	П	О	А	С	Д	Ь	З	О	О	Ч	Т	Ю	А
Ы	С	Д	Ы	Ч	Т	Ю	А	В	Ы	Я	Ч	Т	Ю

**Правильный ответ:** строптивость.

**Комментарий педагога-психолога.** Ребенок недоволен всем, что предлагает взрослый. Ему ничего не нравится из того, что он делал раньше, он отрицает образ жизни, который сложился у него до 3 лет.

**4-й симптом – своеволие**

Ведущий предлагает участникам разгадать кроссворд. Они вписывают слова по горизонтали и называют слово, которое получилось из букв по вертикали.



По горизонтали:

1. Предмет мебели. (Ответ: стол.)
2. Предмет гордости рыбака. (Ответ: улов.)
3. Этого нет в юрте, чуме. (Ответ: окно.)
4. Мужской шарф. (Ответ: кашне.)
5. Часть поезда. (Ответ: вагон.)
6. Крупа для цыплят. (Ответ: пшено.)
7. Жаркое время года. (Ответ: лето.)
8. Цветная пудра для глаз. (Ответ: тени.)
9. Вечнозеленое дерево. (Ответ: елка.)

**Правильный ответ:** своеволие.

Комментарий педагога-психолога. Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет, борется за свою самостоятельность.

5-й симптом – протест, бунт против окружающих

Ведущий предлагает участникам уже знакомый филфорд и просит найти слово, которое обозначает заявление своего несогласия, оглашаемое возражение, опровержение, заявление о незаконности какого-либо дела, непризнание, отрицание.

**Правильный ответ:** протест.

**Комментарий педагога-психолога.** Поведение ребенка имеет протестующий характер. Он как будто находится в состоянии конфликта со всеми людьми, постоянно ссорится с ними, ведет себя очень агрессивно.

**6-й симптом – обесценивание ребенком личности близких**

Ведущий показывает карточки с частями слова. Участники складывают слово и называют симптом.

**Правильный ответ:** обесценивание.

**Комментарий педагога-психолога.** Ребенок перестает ценить привычные вещи, не следует правилам поведения.

**7-й симптом – деспотизм (подавление окружающих)**

Участники решают анаграмму: МЕСТОДИЗП (или ИЗПОДСЕТМ). Задача – переставить буквы так, чтобы получилось слово-симптом.

**Правильный ответ:** деспотизм.

**Комментарий педагога-психолога.** Ребенок стремится стать хозяином положения, чтобы вся семья удовлетворяла любое его желание. В противном случае он впадает в истерику.

Когда участники называют все 7 слов, на экране появляется заставка в виде семиконечной звезды – «Семизвездие симптомов», характерных для поведения ребенка 3 лет.

**Ведущий:** Как мы видим, кризис 3 лет – это кризис отношений ребенка с окружающими людьми. А теперь давайте посмотрим, что происходит в этот период с родителями.

### **Игра «3 метафоры»**

Ведущий предлагает участникам написать 3 положительные метафоры «Я – это...». Затем рядом с метафорой написать противоположную ей. Потом каждый участник выбирает одну пару метафор, которая характеризует его как родителя. Например:

- домашнее солнце – хвост поезда;
- зеркало реки – Баба-яга;
- золотые руки – металл в голосе;
- чистое поле – Карабас Барабас;
- боксерская груша – хрустальная туфелька.

Далее участники обсуждают метафоры.

**Ведущий:** Как вы думаете, какое влияние оказывают ваши установки и реакции на поведение ребенка? Что вы чувствовали при выборе метафор и их обсуждении. *(Родители высказываются.)*

### **Игра «Закончи мысль»**

Ведущий предлагает родителям закончить предложение: «Капризы ребенка вызывают у меня...», «Упрямство побуждает меня...». Затем просит объяснить, почему они закончили предложение именно так, и обсуждает с родителями несколько их высказываний.

**Ведущий:** А теперь давайте попробуем освободиться от чувства вины.

### **Упражнение «Мусорное ведро»**

Родители пишут на листах ответ на вопрос: «Что мешает жить и общаться». Затем мнут их, рвут и выбрасывают в мусорное ведро. Это упражнение помогает преодолеть негатив.

**Ведущий:** А теперь я предлагаю каждому из вас создать коллаж «Я и мой ребенок». Отрадите в нем то, каким вы хотите видеть будущее свое и вашего ребенка.

### **Коллаж «Я и мой ребенок»**

Участники тренинга с помощью клея и ножниц делают из журнальных вырезок фотоколлаж. В качестве фона звучит музыка А. Рыбникова «Вступительная тема» из к/ф «Усатый нянь». Затем родители презентуют свои работы.

### **Упражнение «Хвасталки»**

Каждый участник дает 3 позитивные характеристики себе и своему ребенку. На каждую реплику члены группы отвечают: «Мы рады за тебя!»

В конце тренинга участники формулируют (или выбирают из предложенных на слайдах вариантов)

правила общения с ребенком, переживающим кризис 3 лет. Затем обсуждают каждое правило и вырабатывают общую стратегию поведения.

### **Рефлексия**

Ведущий спрашивает участников:

- Что нового вы узнали?
- Что важного открыли для себя?
- Что удивило?
- Что обрадовало?
- С чем уходите?

Родители отвечают, опираясь на общие формулировки:

- Сегодня я понял...
- Сегодня я стал...
- Сегодня я научился...
- Отныне я буду...

**Ведущий:** Надеемся, что проведенный тренинг и рекомендации будут для вас полезными и вы будете их использовать в процессе воспитания. Кроме того, мы подготовили для вас памятки.

Родители получают памятки с советами педагога-психолога. В заключение ведущий читает стихотворение Л.А. Булдаковой «Я сам» и прощается с участниками тренинга.

**Ведущий:** Я негативен и упрям, Строптив и своеволен, Средою социальной я Очень недоволен. Вы не даете мне шагнуть, Всегда помочь готовы. О, боже! Как же тяжелы Родителей оковы. Система «Я» кипит во мне, Хочу кричать повсюду: Я – самость, братцы, я живу, Хочу! Могу! И буду!