

## **2.4.Тренінг для батьків «Підвищення психологічної грамотності батьків щодо виховання обдарованої дитини»**

Автор: Базалійська Любов Петрівна

Тренінг для батьків «Підвищення психологічної грамотності батьків щодо виховання обдарованої дитини» розроблено з метою допомоги батькам у налагодженні адекватних взаємин між батьками та дітьми. Програма тренінгу та методичні рекомендації розраховані на практичних психологів та інших спеціалістів, які працюють з батьками та дітьми.

Мета: надання психологічних основ ефективного виховання обдарованих дітей у сім'ї, розширення психологічного зору у взаємодії, у спілкуванні, актуалізація особистісного зростання.

Завдання:

- надати знання з областей «Психології обдарованої дитини», «Психології спілкування», «Вікової психології»;
- корекція, формування умінь та навичок, необхідних для ефективною взаємодії з обдарованими дітьми;
- надання психологічної допомоги батькам з розвитку здатності адекватно оцінювати себе та стосунки, які складаються між ними та дитиною;
- актуалізація загальнолюдських цінностей.

Учасники: батьки обдарованих учнів, 12-15 осіб, що мають потребу у підвищенні батьківської компетентності у вихованні обдарованої дитини.

Режим роботи: 4 дні по 2 год. ( 8 год.).

Методичні прийоми:

- обговорення поданої інформації;
- дискусія;
- рольова гра;
- розгляд реальних життєвих ситуацій;
- перегляд відеоролика;
- аналіз власного життєвого досвіду.

Під час проведення тренінгу враховується те, що:

- батьки отримують багато інформації про виховання обдарованої дитини з різних джерел, але сприймають через свій «фільтр», тому є потреба в корекції;
- кожна людина має багатий позитивний власний досвід;
- досвід батька (матері) складається з традицій родини, з досвіду старшої сім'ї та своєї сім'ї, але є досить обмеженим, тому потребує постійного поновлення та переоцінки.

**День перший. «Батьківство. Усвідомлення себе як мати/ як батька обдарованої дитини.»**

*Мета:* знайомство, налаштування на активну роботу у групі.

*Презентація теми тренінгу «Підвищення психологічної грамотності батьків щодо виховання обдарованої дитини».*

**Тренінг** – це форма активного соціально-психологічного навчання, розрахована на те, що людина, через активну участь у тренінгових вправах на собі пізнає те, що давно відомо в науці психології. Це цілісний процес, розрахований на 24-36 годин, чого повинно вистачити на отримання зворотного зв'язку і узагальнення отриманих знань.

Надати розуміння активного зворотного зв'язку на основі «Вікна Джохарі».

	Відомо про самих себе		Невідомо про самих себе
Відомо іншим	Арена	Невідоме	
Невідомо іншим	Фасад	Біла пляма	

Теоретична основа тренінгу в тому, що людина запам'ятовує:

10% ВІД ПОЧУТОГО

50% ВІД ТОГО ЩО ПОБАЧИЛА

70% ВІД ПРОГОВОРЕНОГО

90% ВІД ТОГО ЩО ЗРОБИЛА, ВІДЧУЛА.

*Режим роботи:* 4 дні по 2 год. ( 8 год.), тематичні заняття проходять один раз на тиждень.

*Обговорення правил роботи. Правила роботи:*

- тут та зараз (говорити про те, що відбувається зараз у групі);
- конфіденційність (кожен з учасників тренінгу морально відповідає за інформацію, яку учасники повідомляють про себе);
- відвертість (кожен говорить про свої почуття, думки, враження, які є насправді).

*Вправа «Знайомство».*

Батькам пропонується на розданих бейджиках написати своє ім'я.

Назвати своє ім'я та найзначущіше про себе.

*Вправа «Очікування, побоювання».*

*Мета вправи:* допомогти батькам усвідомити власні очікування, страхи та потреби, зрозуміти, наскільки вони збігаються з очікуваннями, страхами та потребами інших.

Батькам пропонується за допомогою 2-3 фраз розповісти, що кожен очікує від тренінгу, що тримає їх у напруженні та які в них є побоювання.

*Вправа «Пересадки» (Н.Ю. Хряцова)*

*Мета вправи:* зняття напруги, активізація уваги та мислення, щоб продовжити знайомство.

Ведучий стає у центр кола, виносить свій стілець за коло.

Інструкція: «Зараз у нас буде можливість продовжити знайомство. Зробімо це так: стоячий у колі пропонує помінятися місцями всім тим, у кого є названа ознака. Наприклад, я скажу: «Пересядьте всі ті, у кого одна дитина». Всі, у кого одна дитина, повинні помінятися місцями. При цьому той, хто стоїть у колі, повинен постаратися зайняти вільне місце. Той хто залишиться без місця, продовжить хід вправи.

Використаємо цю ситуацію для того, щоб кожен більше взнав про інших.»

*Вправа «Хто я» (Н.Ю. Хряцова)*

*Мета вправи:* напрацювання навичок самодіагностики, особиста ідентифікація.

*Примітка* - Процедуру слід проводити обережно. Вона викликає сильні емоції, дуже інформативна. Увагу, підтримку, порозуміння слід надати кожному.

Ведучий повертається у загальне коло та роздає аркуші учасникам групи.

Інструкція: «Зараз всі швидко пишуть про себе все, що їм спадає на думку, починаючи зі слів: «Я...», «Мені...». Пишемо не менше 10 висловлювань.

Обрати з них 5-8, які найбільше Вас характеризують. Виділити (підкреслити) їх.»

Індивідуальна робота з кожним учасником. Зачитуємо по колу. Питання – уточнення.

*Обговорення* – звернути увагу на почуття, які виникли в учасників групи, коли всі зачитали свої висловлювання, твердження. Запитати:

«Що ви відчуваєте, коли вислухали усіх?»

«Хто сидить у групі (ім'я, стать, вік, сімейний статус, батько, мати)?»

«На якому місті батьківство, як про батьківство сказано?»

«Як було сказано про ознаки обдарованості дитини?»

«Як вам з цим?»

*Інформаційне повідомлення* «Адекватна людина по Мясичеву». Особливості виховання обдарованої дитини у сім'ї.

*Вправа «Асоціації»*

*Мета вправи:* надати можливість кожному учаснику тренінгу отримати зворотній зв'язок у доброзичливій атмосфері.

Всі учасники сідають по колу.

Спочатку кожен учасник називає місяць, з яким асоціює свого сусіда справа, починає учасник справа від тренера.

Потім потрібно пересісти у послідовності від січня до грудня згідно до отриманої асоціації, а автор асоціації пояснює її.

*Підбиття підсумків.* «Рефлексія тут і зараз»

*Мета:* ознайомлення з сутністю психологічної рефлексії та поступовий розвиток навичок рефлексії.

Відповісти на запитання:

«Якою для мене була перша зустріч?»

«Що було для мене найважливішим?»

«Як я себе почуваю?»

Психолог підсумовує результати роботи дня. Наступна зустріч...

## **День другий. «Я та моя дитина»**

Тренер нагадує мету тренінгу та повідомляє тему роботи другого дня, також пропонує надіти свої бейджики.

*Вправа «Снігова куля»*

*Мета вправи:* зняття напруги, налаштування на активну роботу у групі.

*Хід вправи:* перший учасник називає своє ім'я, наступний спочатку називає ім'я попереднього, потім своє, і так далі, останній називає імена всіх по колу, потім називає своє ім'я.

*Рефлексія.*

*Мета:* розвиток навичок рефлексії.

Відповісти на запитання:

«Чи повертались ви до пережитого під час тренінгу?»

«Які ваші почуття сьогодні?»

«Чи готові ви працювати далі?»

## *Вправа «Важливі питання»*

*Мета вправи:* напрацювання навичок самодіагностики, розширення психологічного зору у взаємодії, у спілкуванні.

Всі учасники сидять по колу. Батькам пропонується записати на аркушах проблеми, з якими стикається їх сім'я, в який росте обдарована дитина.

Учасникам пропонується обрати собі в пару людину, до якої виникли добрі почуття, щоб розповісти їй про проблеми (запропонувати до 2-3 хв. на одну людину, таким чином на роботу у парі 4-6 хв.).

Потім всі повертаються в коло.

Запитання:

«Що вас здивувало?»

«Що вас об'єднує?»

*Інформаційне повідомлення* про складові обдарованості дитини.

## *Вправа «Прийняття»*

*Мета вправи:* показати батькам, що процес прийняття дитини такою, якою вона є – активний процес.

### *Завдання 1*

Об'єднатися у підгрупи, кожна підгрупа виконує завдання на аркуші.

*Інструкція:* «Зробіть дві колонки.

В правій опишіть здібності дитини, чим вона вас дивує, її захоплення, що в неї особливого.

В лівій колонці запишіть, що ви робите для розвитку дитини, наприклад, якщо у дитини добрий слух, особливий голос – ви заохочуєте дитину до співів у хорі, або водите дитину на вокал.

На виконання завдання 5-7 хв.

Зараз розрізаємо аркуш на дві колонки, ліва колонка, те що ви робите для розвитку дитини, залишається у вашій підгрупі, а правими обмінюємось так: перша підгрупа передає опис дитини другій підгрупі, друга – третій, третя – четвертій, четверта – першій.

Прочитайте, яка ваша дитина насправді, порівняйте зі своїми діями, які ви робите. Наскільки вони адекватні дійсності.»

### *Завдання 2*

«На стікерах-сердечках напишіть ваші дії, особливо там, де є неспівпадіння особливостей дитини з вашими діями, наприклад у дитини немає в переліку здібностей «особливий голос», а ви записали дитину в хор, заняття вокалом.»

На виконання завдання відводиться 5-7 хв.

Кожна група презентує свою роботу. Обговорення.

*Запитання:*

«Наскільки ваші дії адекватні, відповідають дійсності?»

«Чи є ваші дії, які не відповідають задаткам дитини?»

«Чого більше: збігів чи відмінностей?»

«Як вам з цим?»

«Які відчуття ви переживаєте?»

*Перегляд відеоролика.*

*Мета:* показати батькам, що процес прийняття дитини такою, якою вона є – активний процес.

*Запитання для обговорення:*

«Що заважає батькам прийняти вибір сина або доньки?»

«Що допомагає батькам прийняти переконання сина або доньки?»

*Інформаційне повідомлення* про розуміння батьками проявів дитячої обдарованості.

*Підбиття підсумків:* «Рефлексія тут і зараз»

*Мета:* поступовий розвиток навичок рефлексії.

*Відповіді на запитання:*

«Якою для мене була друга зустріч?»

«Що було для мене найважливішим?»

«Як я себе почуваю?»

Психолог підсумовує результати роботи дня. Наступна зустріч...

### **День третій. «Талант потребує турботи»**

Тренер нагадує мету тренінгу та повідомляє тему роботи третього дня, також пропонує

надіти свої бейджики.

### *Вправа «Продовжіть фразу»*

*Мета вправи:* зняття напруги, налаштування на активну роботу у групі.

Перший учасник називає своє ім'я, потім ім'я учасника, якому буде кидати м'яч та продовжує фразу «Моя дитина сказала би про мене...» Будьте уважні, м'яч повинен побувати у кожного не менше одного разу.

*Рефлексія.*

*Мета:* розвиток навичок рефлексії

*Відповісти на запитання:*

«Чи повертались ви до пережитого під час тренінгу?»

«Які ваші почуття сьогодні?»

«Чи готові ви працювати далі?»

*Інформаційне повідомлення* про загальну характеристику дитячої обдарованості .

*Міні-тест* за твердженнями Девіда Льюїса

*Завдання:* на аркуші відмічати +, якщо твердження вірне, - , якщо ні.

*Твердження:*

«Я відповідаю на всі питання дитини настільки, наскільки це можливо, терпляче та чесно.»

«Серйозні питання та висловлювання дитини я сприймаю серйозно.»

«Я поставив стенд, на якому дитина може демонструвати свої роботи.»

«Я не сварю дитину за безлад в її кімнаті або на столі, якщо це пов'язано з творчим заняттям і робота ця незавершена.»

«Я надаю дитині змогу використовувати кімнату або частину кімнати для її занять.»

«Я показую дитині, що її люблять такою, яка вона є, а не за її досягнення.»

«Я доручаю дитині посильні роботи.»

«Я допомагаю дитині будувати її плани та навчаю приймати рішення самостійно.»

«Я беру дитину у поїздки по цікавих місцях.»

«Я допомагаю дитині покращити результати роботи.»

«Я допомагаю дитині спілкуватись з дітьми з різних соціальних та культурних верств.»

«Я встановлюю розумний поведінковий стандарт та домагаюсь, щоб дитина його

виконувала.»

«Я ніколи не говорю дитині, що вона гірша за інших дітей.»

«Я ніколи не караю дитину приниженням.»

«Я купляю для дитини книги, матеріали для її улюблених занять.»

«Я привчаю дитину мислити самостійно.»

«Я постійно читаю дитині, або читаємо разом.»

«Я привчаю дитину до читання з малих років.»

«Я підштовхую дитину придумувати історії, фантазувати.»

«Я уважно відношусь до особистих потреб дитини.»

«Я знаходжу час кожен день, щоб побути з дитиною особисто.»

«Я дозволяю дитині приймати участь у плануванні сімейних діл та мандрів.»

«Я ніколи не дражню дитину за помилки.»

«Я хвалю дитину за вивчені вірші, пісні, розповіді.»

«Я навчаю дитину спілкуватися з дорослими будь-якого віку.»

«Я розробляю практичні експерименти, щоб допомогти дитині більше пізнати.»

«Я дозволяю дитині гратися зі всяким дріб'язком.»

«Я спонукаю дитину до пошуку та вирішення проблем.»

«В заняттях дитини я знаходжу те, за можна похвалити.»

«Я не хвалю дитину без причини й невідверто.»

«Немає тем, які я виключаю із обговорення з дитиною.»

«Я надаю дитині можливість дійсно приймати рішення.»

«Я чесний в оцінках своїх почуттів до дитини.»

«Я допомагаю дитині бути особистістю.»

«Я допомагаю знаходити телепрограми, які заслуговують уваги.»

«Я розвиваю в дитині позитивне сприйняття її здібностей.»

«Я ніколи не відмахуюсь від невдач дитини, промовляючи «Я цього також не вмю».

«Я підтримую в дитині максимальну незалежність від дорослих.»



«Я вірю в твердий розум дитини та довіряю їй.»

«Я переважно хочу, щоб дитина виконала основну частину роботи, за яку вона взялась, самостійно, навіть якщо я не впевнений у позитивному кінцевому результаті.»

Інструкція: «Порахуйте процентне відношення + та -.

Якщо ви згодні з 20% з усіх тверджень, то, вірогідно, вам потрібно подумати про своє ставлення до дитини.

Якщо ви згодні або зі всіма твердженнями, або на 90%, вам потрібно охолодити свій виховальний настрій та надати дитині більше свободи.

Золота середина - означає добрий психологічний клімат у родині.»

*Вправа «Тиск» за Роджерсом.*

*Мета вправи:* знайти особистий комфортний стан.

Учасники стають парами один проти одного, один в парі - ведучий. Другий партнер стоїть із закритими очима, руки догори долонями підняти на рівень грудей. Завдання ведучого - знайти позицію, коли виникне взаємне відчуття тепла (психоенергетичний контакт), емоційний комфорт під час взаємодії з партнером: злегка натиснути на долоні свого партнера зверху, знизу, підняти долоні, потім своїми долонями підтримати долоні свого партнера.

Після виконання учасники пари міняються місцями.

*Запитання для обговорення:*

«Що ви відчували?»

«В якій ситуації вам було емоційно комфортніше: коли ви тиснули, чи коли ваш партнер тиснув на ваші долоні, коли ви підтримували, чи коли вас підтримували, коли долоні поряд, але не торкаються, хоча відчують тепло (психоенергетичний контакт)?»

«Чи відчули ви, наскільки приємніше взаємодіяти на рівних, а не добиватись переваги?»

*Інформаційне повідомлення «Позиції у спілкуванні»*

*Мозковий штурм.* Які якості формуються у дитини при домінуванні одного стилю

*Мета:* допомогти батькам визначити значимість демократичного стилю, якій співпадає з четвертим рівнем за Маслоу - процвітання.

На ватмані записуються всі пропозиції, наприклад:

<p><b>Демократичний (гуманістичний)</b></p> <p>Активність. Цілеспрямованість. Принциповість. Ініціативність. Правильне орієнтування. Творча особистість. Почуття власної відповідальності</p>	<p><b>Авторитарний (жорстокий)</b></p> <p>Страх (свідомий чи несвідомий опір) Тривога Неспокій Комплекс неповноцінності Небажання ходити до школи Роздратованість Психічні зміни (психози, неврози, психопатії). Придушена ініціатива та самостійність в прийнятті будь-яких рішень Неспроможний зробити самостійний вибір (несвідомо йде за будь-яким лідером, не претендує на іншу роль) Лицемірство, подвійне життя.</p>
<p><b>Байдужий (ліберальний)</b></p> <p>Пасивність. Безвідповідальність. Невміння прийняти рішення. Небажання будь-що змінювати в собі. Вседозволеність. Емоційна байдужість Відсутність сили волі.</p>	<p><b>Уникання (відторгнення)</b></p> <p>Невпевненість у собі Занижена самооцінка Відчуття малоцінності Відчуття нещастя Незадоволеність Емоційна байдужість Відсутність сили волі.</p>

### Обговорення

*Підбиття підсумків.* «Рефлексія тут і зараз»

*Мета:* поступовий розвиток навичок рефлексії.

*Відповісти на запитання:*

«Якою для мене була третя зустріч?»

«Що було для мене найважливішим?»

«Як я себе почуваю?»

Тренер підсумовує результати роботи дня. Наступна зустріч...

### День четвертий. «Формування «Я - концепції» обдарованої дитини»

Тренер нагадує мету тренінгу та повідомляє тему роботи четвертого дня, також пропонує надіти свої бейджики.

*Вправа «Привітання - побажання»*

*Мета:* зняття напруги, налаштування на активну роботу у групі.

Тренер пропонує учасникам по колу назвати своє ім'я та сказати привітання для всіх.

Перший називає своє ім'я, та говорить своє побажання учасникам тренінгу. Другий продовжує й так далі по колу.

*Рефлексія.*

*Мета:* розвиток навичок рефлексії

*Відповісти на запитання:*

«Чи повертались ви до пережитого під час тренінгу?»

«Які ваші почуття сьогодні?»

«Чи готові ви працювати далі?»

*Інформаційне повідомлення.*

### Особливості «Я-концепції» обдарованої дитини

Науковий підхід до проблем Різноманітність інтересів Легке та міцне засвоєння матеріалу Допитливість розуму Підвищена здатність до навчання Швидке засвоєння матеріалу Самоствердження Пристрасть до розвиваючих ігор Компетентність Нестандартне мислення Оригінальне вирішення завдань Гарна пам'ять, фантазія, уява	<b>Я</b>	Вразливість Демонстративність Комплекс «Я не такий» Егоїстичність Завищена самооцінка Схильність до стресів Розкиданість інтересів Зверхність
---	----------	--

*Вправа «Два острови».*

*Мета вправи:* активізувати отримані знання батьків для визначення факторів, які заважають розвитку дитини.

Учасники сідають по колу.

*Завдання 1.* Тренер пропонує учасникам групи пригадати фактори, які *заважають* розвитку дитини. Коли всі будуть готові, перший учасник називає ім'я учасника тренінгу, якому він буде кидати м'яч та називає запропонований фактор, який залишається на першому острові.

Будьте уважні: м'яч повинен побувати у кожного учасника не менше одного разу.

Приклад факторів:

- багатство та різноманітність цінностей, установок, норм у суспільстві на даний час;
- швидкі соціальні зміни, в результаті яких народжуються відмінності між цінностями

батьків та дітей;

- соціально-економічні труднощі, до яких відносяться не лише життєвий рівень, бідність, а й расова дискримінація;
- зневажання дорослими почуття власної гідності дитини;
- звуження експериментального простору, який частіше розглядається дорослими, як абсурдний, а не як необхідний;
- умови, що сприяють розвитку егоцентризму, як наслідок – послаблення традиційних сімейних та позасімейних зв'язків, втрата особистих зв'язків та відсутність відповідальності;
- перешкоди у повноцінній участі у сімейних справах;
- ставлення батьків до самого визнання обдарованості дитини.

*Завдання 2.* Тренер пропонує учасникам групи пригадати фактори, які *спонукають* дитину до розвитку обдарувань. Коли всі будуть готові, перший учасник назве ім'я учасника тренінгу, якому він буде кидати м'яч та назве запропонований фактор, який залишається на другому острові.

Будьте уважні: м'яч повинен побувати у кожного учасника не менше одного разу.

Приклад факторів:

- прийняття обдарувань дитини;
- мотивація на розвиток...

*Відповісти на запитання:*

«Яке завдання було виконувати легше й чому?»

«Що було для мене найважливішим?»

«Як я себе відчуваю?»

*Вправа «Подарунок на згадку»*

*Мета вправи:* надати можливість кожному учаснику тренінгу отримати зворотний зв'язок у доброзичливій атмосфері.

Всі учасники стоять по колу.

*Завдання:* потрібно невербально показати свій подарунок та передати по колу сусіду зліва. Перший учасник зліва від тренера починає й так далі по колу. Той, хто отримав подарунок, говорить, що це було, автор подарунка може уточнювати.

«Рефлексія тут і зараз»

*Мета:* ознайомлення з сутністю психологічної рефлексії та поступовий розвиток навичок рефлексії.

*Відповісти на запитання:*

«Яким для мене був тренінг?»

«Що було для мене найважливішим?»

«Як я себе почуваю?»

Тренер підсумовує результати тренінгу.