

Тренинговое занятие для детей из замещающих семей

01.03.2024 г.

1 марта 2024 года в Центре подготовки и сопровождения «Аист» состоялся тренинг для детей из замещающих семей. Тренинг проводили специалисты Центра. Мероприятие проходило для двух групп детей: подростки и дети младшего школьного возраста.

Тема занятия для детей младшего школьного возраста была «Эмоции, способы их проявления». В начале тренинга с детьми проводились вводные упражнения для того, чтобы они могли познакомиться, расслабиться и настроиться на работу (нужно было рассказать о своем настроении, сделать друг другу комплименты). После чего проходили упражнения, направленные непосредственно на эмоции. Здесь дети пытались показать на себе разные эмоции (радость, удивление, злость, страх), рассказывали в каких случаях эти эмоции проявляются. Также обсуждались способы выражения негативных эмоций, где ребятам нужно было попытаться объяснить, каким образом можно от них освободиться и отпустить их. После это детям было предложено написать шутливое письмо, где с помощью юмора нужно было рассказать ситуацию, когда они испытывали сильный гнев или агрессию и адресовать ее тому, кто вызвал эти эмоции. С данным заданием ребята очень хорошо справились. Одним из упражнений было обсуждение с детьми ситуации, связанной со школьным буллингом и направленной на развитие эмоционального интеллекта детей и поиск выхода из сложной ситуации. При этом с детьми обсуждались их интересы, любимое времяпровождение, их будущая профессия. В заключении данного занятия дети рисовали свои ладошки и писали друг о друге положительные качества. Тренинг для детей младшего школьного возраста прошел хорошо: дети были очень активны, общительны, внимательны; упражнения и новая информация дали им возможность узнать, как можно контролировать свои эмоции и управлять ими.

С подростками были разобраны ситуации в парах, где им было предложено поставить себя на место родителя и прийти к разрешению сложной ситуации самостоятельно. Упражнение было направлено на урегулирование детско-родительских взаимоотношений. С заданием справились не все участники, оказалось, что роль родителя контролирующего, переживающего за своего ребенка очень не просто выразить и как на самом деле сложно подобрать нужные слова, чтобы не нарушились личные границы ребенка.

Подростки поговорили на что они имеют право и о способности нести ответственность за свои поступки.



