



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ



БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«УРАЙСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»

**Конспект тренинга
по формированию представлений о семье
«Семейные ценности»**

Составитель
Булатова Кристина Вадимовна,
психолог отделения социальной реабилитации
и абилитации граждан пожилого возраста и инвалидов

Урай
2024

Аннотация

Формирование семейных ценностей, безусловно, очень важный и сложноорганизованный процесс, требующий больших энергозатрат со стороны всех членов семьи в течение длительного времени. Каждая семья уникальна и неповторима, но существует ряд неизменных во все времена семейных ценностей, таких как взаимопонимание, внимательное отношение к родным и близким, доверительные и уважительные отношения между членами семьи, готовность прийти на помощь и оказать всяческую поддержку.

Тренинг по формированию представлений о семье «Семейные ценности» проводится с инвалидами трудоспособного возраста от 18 до 45 лет, находящихся на социальном обслуживании в секторе реабилитации инвалидов трудоспособного возраста отделения социальной реабилитации и абилитации граждан пожилого возраста и инвалидов.

Продолжительность тренинга – 40 минут.

Тренинг может использоваться психологами, работающими в учреждениях социальной сферы с гражданами вышеназванной категорией.

Цель тренинга – формирование у граждан с инвалидностью представлений о семейных ценностях в современных семьях.

Задачи тренинга:

1. Закреплять представления о семье, ее членах, семейных традициях и праздниках.
2. Формировать навыки самовыражения чувств и эмоций.
3. Развивать личностные качества участников, способствующих формированию ценности семьи.
4. Формировать у участников практические навыки построения взаимоотношений в семье.

Оборудование

Магнитно-маркерная доска, маркеры, мягкая игрушки небольшого размера, заготовка из картона «дерева», листочки с перечнем семейных ценностей, корзинка с фруктами – апельсинами, бумажные лепестки «ромашки» по количеству участников тренинга, сердцевина «ромашки» заранее размещена на доске.

Ход тренинга

1. Приветствие

Здравствуйте! Очень приятно всех вас видеть. Сегодня наша встреча посвящена семье, ее традициям. Вместе с вами мы постараемся раскрыть секреты благополучной семьи. Но перед тем как начать, нам необходимо принять правила группы:

- Правило круга. Мы слушаем каждого, кто говорит, не перебивая его!
- Принцип «Я». Все ваши высказывания говорить от своего имени и начинать словами: «Я думаю..., я чувствую...».
- Правило активности. Вы все активно участвуете в упражнениях и выполняете задания.
- Правило «СТОП». Если кто-то сейчас не готов говорить о какой-то проблеме, то он может отказаться от этого, сказав слово «стоп».

Принимаем правила? – Спасибо!

2. Упражнение «Мое имя и то, что обо мне никто не знает»

Цель – уметь представляться, познакомить других участников с незнакомыми им сторонами, умениями.

Инструкция: сейчас тот, у кого в руках игрушка должен назвать свое имя и то, что о нем никто не знает, и передать игрушку дальше по кругу. Все остальные должны внимательно слушать и запоминать, кто и что говорит. Пример: «Я Кристина Вадимовна, никто не знает, что я умею вязать на спицах»

3. Мини-лекция «Семья»

У каждого человека есть ценности, то есть то, что при любых обстоятельствах он будет хранить, защищать, отстаивать.

В разные времена у разных народов эти ценности могут быть разными, но есть одна, которая значима для любого народа в любое время – это семья. Именно в семье человек получает любовь и заботу, первые уроки доброты и ответственности, именно семья становится для человека, опорой и надеждой.

Так что же такое семья?

Семья – это малая группа людей: супругов и родственников (муж, жена, дети иные родные), ведущая общее хозяйство и проживающая вместе. Основа семейной жизни – это любовь и взаимная ответственность мужчины и женщины, их духовная и нравственная связь.

У каждой семьи есть свои функции:

- Продолжение рода. Благодаря сложившимся в обществе традициям, целью заключения брака является рождение и воспитание детей.
- Создание и накопление общих материальных ценностей, ведение совместного хозяйства.
- Воспитание, цель которой обучить и воспитать своих детей, привить им нравственные ценности, нормы поведения в обществе, а также адаптировать их к нормальной жизни в нем.
- Сохранение традиций и ценностей семьи. Традиции укрепляют и сохраняют семьи, и обеспечивают связь поколений, формируют историю рода. Семьи, где есть традиции, дружны, крепче связаны, потому что люди разных поколений тесно взаимодействуют между собой.

4. Упражнение «Ассоциация»

У каждого человека есть свое представление о семье. Сейчас вы постараетесь ответить на вопрос: какие эмоции связаны у вас со словом «семья»?

Если семья – это здание, то какое оно...

Если семья – это цвет, то какой цвет...

Если семья – это музыка, то какая музыка...

Если семья – то геометрическая фигура, то какая она...

Если семья – это настроение, то какое оно....

Участники по очереди называют слово, которое ассоциируется у них с понятием «семья». Психолог следит, чтобы слова не повторялись. Все ассоциации выписываются психологом на доске. Если участник не готов назвать вариант ответа, он может пропустить свою очередь и сказать слово в конце упражнения.

Вопросы участникам:

1. Трудно было выполнять задание?
2. Каких было больше высказываний, слов – положительных или отрицательных?
3. Как вы думаете, почему было больше положительных высказываний?
4. Какие слова подходят для вашей семьи?

Итог: семья – это самое важное, что есть в мире. Семья – это наша поддержка и опора.

5. Упражнение «Дерево семейных ценностей»

Цель – определение и ранжирование семейных ценностей.

Каждый участник тренинга получает заготовку «Дерева семейных ценностей» и карточки с названиями ценностей (чтобы участникам было легче сориентироваться).

Задача участников – ранжировать ценности:

- в корни дерева помещаются самые важные ценности, от которых вы не откажетесь ни при каких условиях;
- в ствол – важные ценности, но от которых вы в некоторых случаях можете отказаться;
- в крону – желаемые, но не обязательные ценности.

Участникам разъясняется, что они могут воспользоваться подсказкой из карточек, могут что – то добавить от себя.

Перечень возможных семейных ценностей, указанных в карточках:

Уважение	Забота о каждом члене семьи
Счастье	Семейное проведение праздников
Здоровье	Любовь
Совместное проведение выходных	Семейные традиции

Представление результатов работы. Сравнение разных деревьев, выявление сходств.

6. Мини-лекция «Семейные традиции»

В каждой семье существует своя неповторимая атмосфера любви, понимания и душевного тепла. Благодаря чему создается ощущение надежности семейных отношений, возникает крепкая связь между членами семьи, поддерживаются близкие и доверительные отношения, дети ощущают стабильность семьи.

Традиция – это правило поведения, событие, регулярно повторяющееся. Семейные традиции – это регулярно повторяющиеся действия членов семьи, которые направлены на сплочение и укрепление семьи.

Каждая семья имеет свою историю. Семейные обычаи позволяют всем членам почувствовать свою значимость, уделить время и внимание родным, проявить к ним уважение и любовь.

Какие бывают семейные традиции и праздники – это:

- Проведение семейных праздников. Основным таким праздником является день рождения. К семейным праздникам относятся свадьбы, рождение детей и т. д.

- Проведение общенародных праздников. К ним относится всеми любимый праздник – Новый год. Многие семьи празднуют Пасху, выпекая куличи и освещая их в церкви. Среди общенародных праздников традиционно празднуется Всемирный день Трудящихся – 1 Мая.

- Игры с детьми. Важно, чтоб оба родителя принимали участие в воспитании ребенка, играли с ним. К примеру, по обычаю, мама каждую субботу учит ребенка играть в шахматы, а папа по воскресениям играет с сыном в футбол.

- Вечернее обсуждение минувшего дня. Стоит обратить внимание на этот важный момент, ведь во время обсуждений каждый в семье имеет возможность поделиться с родными своими успехами, неудачами, получить полезный совет или напутственное слово.

- Совместное принятие пищи. Эту традицию стоит назвать важнейшей, ведь нет ничего приятнее, чем совместные обеды и ужины с родными людьми. Во время семейных завтраков есть прекрасная возможность обсудить планы на день, а совместный ужин позволит, наслаждаясь обществом родных, поделиться впечатлениями от прожитого дня.

- Чтение сказок перед сном. Это важнейшая традиция при воспитании детей, ведь сказки позволяют ребенку познать мир. Такой вечерний ритуал успокоит даже самых активных детей, способствуя хорошему крепкому сну.

- Прогулки всей семьей. Для развития физического развития важно совершать совместные прогулки. Такие походы способны расширить кругозор и повысить культурный уровень семьи в целом.

7. Упражнение ромашка

Ребята, скажите, пожалуйста, а вы знаете когда отмечается День семьи? Какой цветок является символом семьи?

Сейчас я предлагаю создать этот красивый цветок, но необычным способом, прикрепляя лепесток, поделитесь, пожалуйста доброй традицией, которая живет в вашей семье. Посмотрите, какая красивая ромашка у нас получилась. Я думаю, что каждый из вас взял сегодня что-то себе на заметку, возможно у кого-то появились новые идеи, а возможно и новые планы на жизнь.

8. Упражнение «Какой будет Ваша семья?»

Цель: формирование семейных ценностей, навыков построения собственной семьи.

Подумайте, какие фразы Вы не будете говорить своим детям? Что вы не будете делать? Какая будет у Вас семья?

Вам нужно на каждую букву придумать слова, которые можно сказать о Вашей будущей семье.

С – счастливая, сильная, справедливая, спокойная;

Е – единая, единственная;

Мь – милая, многодетная, музыкальная, мечтательная;

Я – яркая, ясная.

9. Упражнение «Спасибо за приятное занятие»

Ребята, а как вы думаете, какой же основной секрет семейного счастья? Ответ: Все очень просто. Дарить друг друга радость!

А с каким фруктом у вас ассоциируется семья? Мне кажется с апельсином, он яркий и сочный. Я приготовила для вас апельсины и прошу каждого из вас нарисовать на нем эмоцию, с которой у вас связано слово «семья». А сейчас я предлагаю подарить апельсин соседу и сказать пожелания для его семьи, возможно будущей.

Спасибо всем за участие в наших семейных посиделках, мне было приятно с вами пообщаться. Надеюсь, что вам тоже понравилось.

Расскажите, пожалуйста, что вы сейчас чувствуете, что вы узнали для себя нового и как оцениваете нашу сегодняшнюю встречу. Передавая игрушку, поделитесь, пожалуйста, своими впечатлениями.

Хочу всем пожелать, чтобы ваша семья, а для кого-то может быть будущая, была крепкой и счастливой, а дом – надежным.