

Семинар-тренинг для родителей по теме:
«Как воспитывать любовь и уважение к бабушкам и дедушкам
у детей раннего возраста»

Цель: повысить педагогическую компетентность родителей по вопросу создания условий, способствующих сближению детей с бабушками и дедушками в рамках семейных отношений и проявлению взаимной любви друг к другу.

Задачи:

1. Проанализировать с родителями важность родственных отношений между бабушками и внуками

2. Рассмотреть и изучить лекционный материал по психологии рождения любви у ребенка к бабушкам и дедушкам, с ориентацией на особенности детей раннего возраста.

3. Разобрать стратегию практических шагов по сближению ребенка раннего возраста с бабушкой, дедушкой с целью построения близких связей, проявлением любви и уважения друг к другу.

4. Проанализировать свои собственные ресурсы и установки в отношении выбора «Как я буду выстраивать сближение между моим ребенком раннего возраста и нашими родителями в целях построения гармоничных отношений, в основе которых лежит уважение и возможность проявления любви» через выполнение практических упражнений.

Материальное обеспечение: аудитория со стульями, листы А-4, ручки, раздаточный материал: памятка выстраивания шагов для родителей построения мостов любви между бабушками/дедушками и внуками раннего возраста.

План занятия.

1. Проведение игры-ледокола «Десять общих черт».

2. Теоретический блок по теме: «Учим малыша любить бабушек и дедушек, чтобы вырастить родственные души» (основные вопросы: почему это так важно; психологические особенности детей раннего возраста по вопросу восприятия (1-3 года); практические шаги: как строить мостики любви и типичные ошибки взрослых;

3. Проведение рефлексии, обсуждение вопросов, возникших в процессе ознакомления с теоретическим и практическим материалом

4. Упражнения: «Линия жизни и роли бабушек, дедушек», «Незаконченные предложения» с проведением анализа и рефлексии.

5. Рекомендуемое задание на дом родителям

Ход семинара-тренинга

1. Игра-ледокол «Десять общих черт»

Цель: снятие напряжения у участников мероприятия, положительно-эмоциональный настрой на предстоящую деятельность.

Эта игра посвящена поиску вещей, которые объединяет вас и другого человека. Участники разбиваются на пары. Каждая пара получает лист бумаги и ручку. После стартового сигнала у всех пар есть 15 минут, чтобы найти десять общих черт. В конце концов, каждая пара сообщает группе, что у них общего.

2.Теоретический блок «Учим малыша любить бабушек и дедушек, чтобы вырастить родственные души»

Почему это так важно?

«Бабушки и дедушки могут держать ваши маленькие ручки недолгое время, но они навсегда забирают ваше сердце»

Эти слова о том, что время, которое дети проводят со своими бабушками и дедушками, часто становится самым большим и счастливым воспоминанием их детства.

«Чтобы вырастить ребенка, нужна целая деревня!»— эта поговорка не только выражает народную мудрость, но отсылает к теории привязанности Ньюфелда, который утверждает, что чем больше рядом с ребенком заботливых взрослых, тем спокойнее и увереннее он растет и развивается.

В «деревню привязанности», по мнению психологов, кроме мамы и папы должны входить другие родственники и близкие друзья семьи. Но это не единственная причина, по которой общение с бабушкой и дедушкой полезно детям. Вот еще пять научных доказательств взаимной пользы.

У детей всегда будет дополнительная поддержка.

Исследования Оксфордского университета показали, что у детей, близких с бабушками и дедушками, меньше поведенческих проблем. Они лучше справляются с травматическим жизненным опытом: таким как развод родителей или травля в школе. Бабушка и дедушка могут обеспечить внукам чувство безопасности, которое помогает пройти через все сложности.

Память поколений и самоидентификация помогают детям противостоять сложностям.

Понимание семейной истории и того, как можно вписать себя в общесемейную картину мира, помогает лучше контролировать свою жизнь, когда события выходят из-под контроля.

Рассказы бабушки о том, какими были мама или папа ребенка в его возрасте и с какими проблемами сталкивались, помогают детям пережить их собственные невзгоды. Американские психологи, помогавшие детям после терактов 11 сентября, обнаружили, что те, кто знают свою семейную историю, лучше справлялись со стрессом.

Близкая связь с бабушкой и дедушкой учит детей спокойнее относиться к другим пожилым людям.

Согласно исследованию, в котором участвовали 1151 детей из Бельгии в возрасте от семи до 16 лет, дети, близкие со своими дедушками и бабушками, были менее предвзяты по отношению к другим пожилым людям. Дети же, у которых были плохие отношения со старшими родственниками (не обязательно с точки зрения количества контактов, а скорее их качества), чаще относились к старикам более пренебрежительно.

Общение разных поколений защищает от депрессии.

Исследования, проведенные в Бостонском колледже в 2014 году, выявили связь между общением детей с родными старшего возраста и более низким уровнем депрессии у всех членов семьи. Внуки знакомят старших родственников с гаджетами и современными девайсами, а бабушки и дедушки делятся жизненным опытом и советами, сообщает Boston Globe.

Дети помогают бабушкам и дедушкам жить дольше.

Исследователи выяснили, что уход за внуками продлевает жизнь пожилых людей в среднем на пять лет.

Сегодня мы поговорим на очень теплую, но порой непростую тему: как помочь нашему маленькому ребенку построить по-настоящему близкие и любящие отношения с бабушками и дедушками. Мы не будем говорить о формальном уважении, а о том, как взрастить настоящую привязанность, которая станет опорой для ребенка на всю жизнь.

Для начала давайте осознаем, какую ценность, кроме, уже ранее перечисленных несут эти отношения.

1. *Мост между поколениями и чувство принадлежности.* Бабушки и дедушки – это живые носители семейной истории. Через них ребенок узнает, «откуда есть пошла» его семья, чувствует свою корневость. Это история не из книжки, а про "какой папа был в твоём возрасте" или "какую кашу любила мама".

2. *Безусловная любовь и принятие.* Часто любовь бабушек и дедушек менее требовательна, чем родительская. Они могут позволить себе просто радоваться внуку, не воспитывая его каждую минуту. Для ребенка это – безопасная гавань, место, где его любят просто за то, что он есть.

3. *Эмоциональный интеллект и социальные навыки.* Общение с людьми другого поколения учит ребенка гибкости, эмпатии, умению находить подход к разным людям.

4. *Поддержка и для родителей!* Гармоничные отношения со старшим поколением – это ваша «команда поддержки», ваше временное окно для отдыха и забота о тех, кто когда-то заботился о вас.

Психологические особенности детей раннего возраста (1-3 года)

Чтобы строить отношения, нужно понимать, с кем мы имеем дело. Наш малыш:

- *«Здесь и сейчас»:* Он живет настоящим моментом. Не помнит бабушку, которую видел полгода назад.
- *Осторожен с незнакомцами:* Страх чужих – естественный этап развития. Дедушка, приезжающий раз в месяц, может восприниматься как "чужой дядя".
- *Невербален и тактилен:* Лучше всего понимает язык прикосновений, интонаций, улыбок.
- *Копирует родителей:* Главный ориентир для ребенка – это вы. Ваше отношение к бабушке он считает единственно верным.

Здесь хочется обратить особое ваше внимание на то, что для нравственного развития детей важно, чтобы суждения близких им людей подтверждались соответствующими делами. Дети легко поддаются внушению, особенно малыши. Внушить им можно не только хорошее, но и дурное: чувства ребёнка непосредственны, быстро возникают и угасают. Ребенку трудно управлять своими эмоциями, чем и объясняются довольно быстрые переходы от бурного веселья к слезам.

Взрослым членам семьи при воспитании ребёнка важно учитывать эти особенности. Например, не надо наказывать за то, что он изображает в игре что-то плохое, увиденное в семье, лучше подсказать ему хорошую игру. Не следует увлекаться внушениями, разъяснениями, правильнее будет включить ребёнка в конкретные практические дела, посильные для его возраста.

Например, рассказ Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек» небольшой по объёму, но глубокий по нравственному воспитанию.

«Старый дед и внучек». Л. Н. Толстой

«Стал дед очень стар. Ноги у него не ходили. Глаза не видели, уши не слышали, зубов не было. И когда он ел, у него текло назад изо рта. Сын и невестка перестали его за стол сажать, а давали ему обедать за печкой. Снесли раз ему обедать в чашке. Он хотел её подвинуть, да уронил и разбил. Невестка стала бранить старика за то, что он им всё в доме портит и чашки бьёт, и сказала, что теперь она ему будет давать обедать в лоханке. Старик только вздохнул и ничего не сказал.

Сидят раз мужик с женой дома и смотрят – сынишка их на полу дощечками играет – что-то слаживая. Отец и спросил: «Что ты это делаешь, Миша?» А Миша и говорит: «Это я, батюшка, лоханку делаю. Когда вы с матушкой старые будете, чтобы вас из этой лоханки кормить». Мужик с женой поглядели друг на друга и заплакали. Им стыдно стало за

то, что они так обижали старика; и стали с тех пор сажать его за стол и ухаживать за ним».

Достойное поведение родителей в семье служит дошкольникам примером для подражания, формирует у них такие нравственные черты, как доброта, отзывчивость, заботливость. От умения сочетать любовь к внукам с требовательностью к ним, привлекать детей к участию в интересных и полезных делах во многом зависит авторитет дедушек и бабушек.

Практические шаги: как строить мостики любви

Исходя из особенностей возраста, выстраиваем нашу стратегию.

Шаг 1: Заложите фундамент – создайте положительный образ.

- Постоянное присутствие в информационном поле. Показывайте фото бабушек и дедушек, называйте их по именам (или по «титулам»: баба Катя, деда Ваня). Не просто «смотри, это бабушка», а «Смотри, это бабушка Таня! Она тебе вяжет носочки. Она тебя очень любит».
- Используйте сказки и ритуалы. Читайте книжки про бабушек и дедушек. Перед сном можно говорить: «Спокойной ночи, бабушка Люда, спокойной ночи, дедушка Петя», как будто они мысленно рядом.
- Ваше отношение – ключ! Никогда не выясняйте отношения с родителями при ребенке. Все ваши претензии и конфликты должны оставаться за кадром. Ребенок должен видеть, что вы уважаете, цените и любите своих родителей.

Шаг 2: Организуйте правильные встречи.

- Регулярность важнее длительности. Лучше короткие, но частые визиты или звонки, чем одна долгая встреча в полгода.
- Подготовьте обе стороны: Ребенку: заранее расскажите, куда вы идете или кто к вам придет. «Сегодня к нам в гости придет дедушка! Он будет играть с тобой в машинки».
- Бабушке/Дедушке: объясните особенности возраста. «Он сейчас может стесняться, не надо сразу тискать. Дайте ему освоиться. Он любит, когда читают вот эту книжку».
- Создайте комфортную среду. Не заставляйте ребенка сразу идти на руки. Пусть первые минуты встречи пройдут за нейтральным занятием: совместное чтение, просмотр мультфильма, лепка. Любовь рождается в совместном деле.

Шаг 3: Найдите их «золотую середину» - совместную деятельность.

Это самое главное! Любовь рождается в общих делах и эмоциях.

- Творчество и «волшебство»: Бабушки и дедушки часто обладают временем и терпением для того, чего не хватает родителям. Совместное

печенье, поделки, посадка цветка на подоконнике – это магия, которую творит бабушка.

- Традиционные игры: именно дедушка может научить запускать волчок или строить домик из кубиков, а бабушка – петь старые колыбельные или играть в «Ладушки».

- Секреты и маленькие тайны: разрешите бабушке иметь с внуком свои маленькие секретки: «Давай сделаем маме сюрприз и нарисуем ей открытку». Это создает особую связь.

- Природный мир: совместная прогулка, кормление уток, сбор красивых листьев. Дедушка может показать то, на что вы не обращаете внимания.

Шаг 4: Используйте современные технологии.

- Регулярные видеозвонки. Не просто «позвони бабушке», а устройте небольшой ритуал: «Бабушка, смотри, какую я башню построил!» или «Бабушка, спой нам песенку». Это делает образ живым и постоянным.

Чего следует избегать? Типичные ошибки.

1. Не заставлять силой на руках. Фразы «Иди к бабушке, она же тебя любит!» вызывают обратный эффект – протест и страх.

2. Не использовать бабушек/дедушек как «пугалок». «Вот будешь плохо себя вести, я тебя к бабушке отправлю!» - это прямой путь к тому, чтобы ребенок их возненавидел.

3. Не подрывать авторитет. Даже если методы воспитания бабушки отличаются от ваших, не спорите с ней при ребенке. Обсуждайте правила наедине.

4. Не обесценивать их вклад. Фразы «Она тебе дурацкий носок связала» или «Дедушка тебе устаревшее рассказывает» убивают ценность отношений. Учите ребенка благодарности за любое проявление заботы.

Заключение

Уважаемые родители, вы – главные архитекторы отношений между вашим ребенком и старшим поколением. Вы строители мостов. Эти мосты строятся не за один день. Они строятся из мелочей: из фотографии в альбоме, из запаха бабушкиных пирожков, из терпеливых рук дедушки, помогающего собрать пазл.

Давайте не будем ждать, что любовь возникнет сама собой. Давайте будем ее бережно взращивать. Потому что, научив ребенка любить бабушек и дедушек, мы учим его самому главному — любить свою семью, свою историю и, в конечном счете, саму жизнь.

Практические упражнения для родителей:

1. «Линия жизни и роли бабушек/дедушек»

Цель: визуализировать и проанализировать влияние бабушек и дедушек на разных этапах жизни.

Инструкция:

1. Возьмите большой лист бумаги и нарисуйте горизонтальную линию – это ваша «линия жизни». Отметьте на ней ключевые точки: рождение, детский сад, школа, институт, свадьба, рождение детей и т.д.

2. Разными цветами выделите зоны влияния каждой бабушки и дедушки (например, красный – бабушка по маме, синий – дедушка по папе).

- Где и когда они появлялись в вашей жизни наиболее ярко? (Например, бабушка забирала из садика, дедушка учил кататься на велосипеде).

- Какие ценности, установки, модели поведения они вам передали? (Например: «От бабушки я научился/ась бережливости», «От дедушки – упорству»).

- Были ли периоды отдаления или конфликтов? Отметьте их на линии.

3. Посмотрите на получившуюся карту. Что вы видите? Чье влияние было сильнее? Чьи уроки вы до сих пор несете в себе? Какие из них помогают, а какие мешают?

Вопросы для рефлексии: (Анализ упражнения, выводы, направленные на осознание родителями собственного опыта своей жизни, доминирующих установок, оказавших влияние на их мировоззрение.)

- Как опыт общения с моими родителями влияет на то, как я сейчас выстраиваю их отношения с моими детьми?

- Какие положительные качества и традиции я хочу передать своим детям от их бабушек и дедушек?

2: «Незаконченные предложения»

Цель: выявить подсознательные установки и эмоции по отношению к старшему поколению.

Инструкция:

Возьмите блокнот и быстро, не задумываясь, закончите следующие предложения. Пишите первое, что приходит в голову.

1. Бабушки и дедушки – это...
2. Моя мама как бабушка для моих детей – это...
3. Мой папа как дедушка для моих детей – это...
4. Когда мои родители вмешиваются в воспитание, я чувствую...
5. Самое ценное, что дали мне мои бабушка и дедушка – это...
6. Моя самая большая обида на моих родителей – это...
7. Я боюсь, что мои дети...

8. Я благодарен/благодарна своим родителям за...
9. Чтобы выстроить гармоничные отношения с родителями, мне нужно...

Вопросы для рефлексии:

- Какие ответы вас удивили?
- Какие темы (обида, благодарность, страх) оказались самыми сильными?
- Что вы можете сделать с этими осознаниями?

Задание для родителей на дом:

3: «Письмо благодарности и прощения» (задание на дом)

Цель: терапевтическое упражнение для работы с непроработанными эмоциями.

Инструкция: напишите два письма (их не обязательно отправлять). Это упражнение лучше делать в разные дни.

Письмо 1: Письмо Благодарности

Обратитесь к одному из своих родителей (бабушке/дедушке). Подробно опишите все, за что вы им благодарны: за заботу, уроки, подарки, время, проведенное вместе, даже за мелкие, но дорогие сердцу моменты. «Спасибо тебе за...», «Я ценю в тебе...».

Письмо 2: Письмо Прощения (или «Письмо Обиды») В этом письме дайте волю всем своим обидам, претензиям и гневу. Напишите: «Я злюсь на тебя за...», «Мне было больно, когда...», «Я до сих пор не могу простить тебе...».

Важно: после написания это письмо можно ритуально уничтожить (сжечь, порвать), символически отпуская эти эмоции.

Вопросы для рефлексии:

- Что изменилось в вашем внутреннем состоянии после каждого письма?
- Стало ли легче дышать? Ушло ли внутреннее напряжение?

4 «Сундук сокровищ и чемодан стереотипов»

Цель: разделить позитивное наследие и устаревшие установки, полученные от бабушек и дедушек.

Инструкция: Нарисуйте или представьте два контейнера:

1. *Сундук с Сокровищами:* сюда вы складываете все ценное, что получили от старшего поколения и хотите передать своим детям.

- *Примеры:* семейные рецепты, песни, сказки, умение шить, любовь к природе, стойкость, гостеприимство, чувство юмора.

2. *Чемодан Стереотипов* (для «сдачи в багаж»): сюда вы складываете установки и модели поведения, которые вам мешают и которые вы не хотите передавать дальше.

- *Примеры:* «Не выражай эмоции», «Деньги – это зло», «Главное – выйти замуж», гиперопека, критика как способ общения.

Вопросы для рефлексии:

- Что перевешивает в вашей семейной истории — «сокровища» или «стереотипы»?

- Как вы можете чаще «открывать сундук с сокровищами» в повседневной жизни со своими детьми?

- Как вы можете «оставить чемодан стереотипов» в прошлом, не неся его дальше?

Источники:

1. <https://horo.mail.ru/article/8503-praktika-blagodarnosti/>
2. Любить или воспитывать? Екатерина Мурашова
(<https://www.livelib.ru/book/2238/readpart-lyubit-ili-vospityvat-ekaterina-murashova>)
3. Л.Н. Толстой. Басня «Старый дед и внучек»