

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «СОШ №2» с.п. Кахун

Факультет Психолого-педагогический Кафедра Психологии образования

Букл^{ет} для родителей

на тему:

«Установление доверительных отношений через игры?»



2025 год

Цели букл^{ет}а

- Пояснить важность доверительных отношений между родителями и детьми.
- Предложить игровые приёмы для развития доверия дома.
- Дать практические рекомендации и примеры игр для разного возраста.

Почему доверие важно

Доверие в семье способствует:

- эмоциональной безопасности ребёнка;
- готовности делиться проблемами и переживаниями;
- развитию саморегуляции и социальной компетентности;
- улучшению успеваемости и поведения в школе.

Общие принципы взаимодействия через игры

1. Будьте внимательны: слушайте без осуждения.
2. Устанавливайте правила игры вместе с ребёнком.
3. Показывайте последовательность: если пообещали — выполните.
4. Сохраняйте позитивный тон и чувство юмора.
5. Уважайте возрастные особенности и границы ребёнка.

Игровые приёмы по возрастам

Возраст 6–8 лет (младшая школа)

- Игра «Секретный обмен»
Правила: каждый из вас пишет или рисует одну радость и одну проблему на карточке, затем обмениваетесь и обсуждаете.
Эффект: развивает умение делиться и слушать.
- Игра «Кукольный диалог»
Правила: используйте мягкие игрушки или кукол для проигрывания ситуаций (школа, ссора, радость). Ребёнок управляет персонажем и рассказывает, как он себя чувствует.
Эффект: ребёнок безопаснее выражает эмоции через образ.

Возраст 9–12 лет (средняя школа)

- Игра «История в трёх словах»
Правила: вы называете по очереди три слова, вместе создайте короткую историю, затем обсудите эмоции героев.
Эффект: тренирует эмпатию и способность обсуждать чувства косвенным способом.
- Игра «Мой день как комикс»
Правила: ребёнок рисует или описывает день как панель комикса, рассказывает, что было важно. Родитель задаёт уточняющие вопросы, не критикуя.
Эффект: помогает ребёнку структурировать эмоции и события.
- Эффект: помогает ребёнку структурировать эмоции и события.

Возраст 13–16 лет (старшая школа)

- Игра «Диллемма на выбор»

Правила: предлагается гипотетическая ситуация со сложным выбором.

Родитель и подросток по очереди предлагают варианты и обсуждают возможные последствия.

Эффект: развивает доверие в принятии важных решений и показывает уважение к мнениям подростка.

- Игра «Режим честности»

Правила: договоритесь на короткое время (10–15 минут), в течение которого каждый говорит правду про то, что чувствует, без критики. Можно использовать таймер.

Эффект: тренирует честное, но безопасное общение.

Игры для семейного времени (все возрасты)

- «Колесо чувств»

Правила: круглый список эмоций; каждый выбирает одно и рассказывает ситуацию, когда испытывал эту эмоцию.

- «Тёплые заметки»

Правила: оставляйте друг другу короткие записки с признаниями, благодарностью или поддержкой. Накопление таких заметок укрепляет позитивный фон.

- «Правило двух минут»

Правила: выделяйте 2 минуты в день, чтобы

спросить ребёнка о самом важном событии дня и внимательно выслушать.

Практические советы для родителей

- Начинайте с малого: 5–10 минут игры ежедневно эффективнее редких долгих сессий.
- Избегайте оценок во время игр (без «плохо»/«хорошо»); лучше описывайте факты и эмоции.
- Время от времени соглашайтесь на инициативу ребёнка: дайте ему вести игру.
- Если ребёнок замыкается — предложите косвенные форматы (рисунок, игра с куклой).
- При серьёзных эмоциональных трудностях обратитесь к школьному психологу.

Как школьный психолог может помочь

- Провести групповую игру или тренинг для классов и родителей.
- Провести индивидуальные занятия с ребёнком, используя игровые методы.
- Дать рекомендации по конкретным ситуациям в семье.
- Организовать родительские встречи с демонстрацией игр и практикой.

Пример недели игровых заданий

- Понедельник: 5 минут «Колесо чувств» за ужином.
- Вторник: 10 минут «История в трёх словах» в машине по дороге домой.
- Среда: «Тёплая заметка» — написать друг другу благодарность.
- Четверг: 10 минут «Кукольный диалог» или обсуждение комикса.

Контакты и ресурсы

Если возникают вопросы

или нужна помощь:

- Школьный психолог: [Шибзухова Татьяна Александровна]

