**Занятие №8**

Тема: «Сделай себя счастливей».

Цель занятия: Развитие партнерства и сотрудничества родителя с ребенком, умения отстаивать свои права, высказывать свое мнение, приобретение навыков равноправного общения, сознание чувства полноты жизни, ощущения счастья.

Оборудование:

• Клубок ниток;

• Музыка для танца «Фиксики».

Ход занятия:

Приветствие ведущего. Ожидания от встречи.

Танец-разминка «Фиксики»

1. Упражнение «Связующая нить ».

Цель. Создание работоспособности, позитивного настроения и сплоченности группы.

Участники сидят в кругу. Ведущий, держа в руках клубок, называет свое имя и заканчивает предложение «Я мечтаю…» передаёт клубок соседу. Тот, к кому попал клубок, приветствует всех, называет свое имя и также передает клубок, оставляя у себя ниточку. И так по кругу. Когда клубок возвращается к ведущему, все оказываются «связанны» одной нитью. «Слегка потяните ниточку и почувствуйте, что мы – единое целое в этом мире…»

2. Упражнение «Комплимент»

Цель: Создание позитивного настроения, умения замечать положительные качества в людях и говорить им об этом, развитие эмпатии.

Предварительная беседа с помощью вопроса: Что такое комплимент?

Комплимент (фр. compliment) — это особая форма похвалы[1], выражение одобрения, уважения, признания или восхищения; любезные, приятные слова, лестный отзыв[2].

В цирке — комплимент — разновидность поклона, благодарности зрителю.

Комплименты — простое, но мощное средство, помогающее устанавливать хорошие отнонения с другими людьми. Их говорят по разным причинам, но все они обычно доставляют удовольствие и поднимают вашу самооценку. Наша симпатия к человеку, как правило, начинается с того, что он умело подчеркнул некое наше достоинство[3].

Говоря комплимент, вы должны быть по возможности честны и откровенны, ваши слова не должны содержать в себе ярко выраженной лести. Когда вы произносите искренний комплимент, вы сосредотачиваетесь на другом человеке, вы ищете в нем положительные качества, и ваше мнение о нем растет.

Участники образуют круг, берутся за руки. Каждый участник говорит комплимент по кругу.

3. Упражнение «Распускающийся бутон»

Цель: Активизация совместной деятельности, создание позитивного настроения, развитие умения синхронизировать свои действия с действиями других.

Группа садится на пол и берется за руки. Необходимо встать, плавно, одновременно, не опуская рук. После чего цветок начинает распускаться (отклоняться назад, крепко держа друг друга за руки) и качаться на ветру.

4. Упражнение «Игра без правил»

Тема: «Хочешь, я скажу тебе, каким ты будешь…» (через десять лет, через год, через день – будешь красивым, уверенным в себе, сильным, добрым, у тебя будут хорошие друзья и т.д.).

Родителям не надо бояться запрограммировать своего ребенка на хороший жизненный сценарий. Однако, давая позитивную установку, нужно не забывать о том, что слишком часто источник несчастья – в завышенных притязаниях.

5. Упражнение «Путаница».

Цель: Создание позитивного настроения, развитие организаторских способностей, повышение самооценки.

Выбирается водящий. Остальные участники становятся в круг, протягивают дуг другу руки, делая при этом несколько шагов вперед, и захватывают случайно попавшие руки. Водящий «распутывает путаницу».

6. Упражнение «Скульптор и глина»

Цели: Тактильный контакт, взаимопонимание, способность к самовыражению, творчеству.

Упражнение выполняется в парах (родитель-ребенок). Ребенок – «глина», родитель – «скульптор». Задача «скульптора» - сделать из «глины» прекрасную статую. «Скульптор» сам решает, как будет выглядеть эта «статуя», как она будет держать голову, в какой позе она будет стоять. После того как работа закончится, все рассматривают «статуи», пытаясь угадать, что слепил «скульптор».

После выполнения обязательно обсуждение:

• Что чувствовали?

• Понравилась ли форма, которую тебе придали?

7. Сказка «Правильная покупка».

8. Рефлексия «Связующая нить».

Обратная связь занятию. Что полезного взяли сегодня, что открыли для себя, осознали? Характеризуют свое настроение, чувства и эмоции.

**Сказка «Правильная покупка»**

В одном маленьком городке жила семья с двумя детками: девочкой и мальчиком. Старшая девочка считала себя вполне взрослой и ей очень хотелось, как и всем взрослым иметь свои собственные денежки. Она рассказала о своем желании маме, а та сказала ей:

- Денежки любят счет. Умеешь ли ты хорошо считать?

- Да, но не очень, — честно сказала девочка.

- Денежки любят аккуратность в расходах. Умеешь ли ты делать правильные покупки?

- Да! Умею! – закричала девочка.

- Хорошо, — ответила мама. – Я дам тебе денежки, ты пойди в магазин, и купи все то, что необходимо нам сейчас. Но на ту сумму, которую я тебе дам. Смотри, будь внимательна. Если глазки твои разбегутся, все, что есть в магазине купить захотят, — остановись. Сначала хорошо подумай, что нам в семье ДЕЙСТВИТЕЛЬНО нужно, а потом проверь, есть ли у тебя на это денежки. Если их не хватает, подумай, от чего нужно отказаться, а что нужно купить обязательно. Поняла ли ты меня?

- Конечно! Купить то, что нам нужно, а если не хватит денежек, то купить то, на что хватит! – радостно закричала девочка, схватила денежки и помчалась в магазин.

Надо сказать, что магазин тот был очень богатым, с большим выбором разных товаров. И глазки у девочки разбежались. Захотела она купить и одно, и другое. И уже к кассе пошла, стала называть, что ей надобно. Да только тут вспомнила мамин совет: «Покупай необходимое на ту сумму, что имеешь». Отошла она от кассы и задумалась. А что, ДЕЙСТВИТЕЛЬНО, необходимо ее семье? Надувной матрац? Длинноногая кукла? Новая метелка? Вроде – все это НАДО! Но вот все ли это ДЕЙСТВИТЕЛЬНО НЕОБХОДИМО?

Вспомнила девочка, что хлеб в доме закончился, и молока совсем мало, — братику на кашу не хватит. «Вот, что нам сейчас нужно!» — обрадовалась она. Посчитала денежки, после покупки молока и хлеба еще оставалось. «Не стану я их сейчас тратить зазря, — решила девочка. – Когда глазки разбегаются, легко ошибиться. Сберегу эти денежки, потом что-то полезное куплю!» — решила она, и взяв покупки отправилась домой.

Мама очень обрадовалась решению своей дочери и сказала: «Доченька, теперь я вижу, что ты подросла и стала хозяйкой!».