**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**!

*Способность брать - одна из базовых потребностей ребенка в отношениях с родителями. Если есть хроническая неудовлетворенность, нужно нарабатывать именно эту способность. Не жадничать, не хапать, не заменять одну потребность на другую. А именно брать. Брать столько сколько есть, сколько дают. Просить, присваивать, благодарить, наслаждаться, когда удается взять. Замечать спокойствие и безопасность, стыд, чувство долга. Расстраиваться, огорчаться, сожалеть, когда не хватает.*

*Брать - это не простой труд порой. Потому что брать и предполагать, что люди вам что-то должны - это не одно и то же. У них своя жизнь. Они могут так же чего-то хотеть от вас.*

*Это замкнутый круг: если у меня нет чего-то, я не могу это никому дать, если я не могу этого дать, то и мне никто не даст. То есть, чтобы взять, нужно дать, а чтобы дать, нужно взять. Скорее всего - это про любовь... Вот почему важно напитаться в детстве безусловной родительской любовью, заботой, безопасностью, поддержкой...*

**Самые важные пожелания родителям от ребенка:**

Слушай меня, чтобы я умел слушать.

Уважай меня, чтобы я уважал других.

Верь мне, чтобы я верил другим.

Не унижай меня, чтобы я не унижал.

Разговаривай со мной, чтобы я умел общаться.

Прощай меня, чтобы я умел прощать.

Помогай мне, чтобы я стал помощником.

Не насмехайся надо мной, чтобы я верил в себя.

Не игнорируй меня, чтобы я не обижал других.

Доверяй мне, чтобы я доверял други.

Люби меня, чтобы я научился любить.

**УПРАЖНЕНИЯ**

У*пражнение «Посудомоечная машина»**(цель: сплочение группы через телесный контакт)*

Участники делятся на две группы и встают в две шеренги напротив. Выходит человек и говорит, какая он посуда и как он хочет, чтобы его помыли. Затем он проходит через «посудомоечную машину», где все его гладят, массируют, «трут» и т.п. именно так, как он пожелал. Последние два человека в шеренгах играют роль сушки – они его бережно обнимают. Человек, прошедший через «посудомоечную машину», становится «сушкой».

Таким образом, через эту процедуру проходит каждый участник тренинга. В конце ведущий спрашивает, как себя чувствует этот человек.

*Упражнение «Аплодисменты» (цель: повышение самооценки, сплочение педагогов)*

*(В этом замечательном и неординарном ритуале все происходит по парадоксальной логике. Последние становятся первыми. Игра построена таким образом, что интенсивность аплодисментов постепенно нарастает и достигает своего апогея, когда последний участник получает аплодисменты всей группы.)*

Кто из вас может представить, что чувствует артист после концерта или спектакля, стоя перед своей публикой и слушая гром аплодисментов? Возможно, он чувствует эти аплодисменты не только ушами. Быть может, он воспринимает овации всем телом, всеми фибрами своей души, как приятное всеобъемлющее волнение.

У нас сложилась очень хорошая группа, и каждый из вас заслужил аплодисменты. Я предлагаю всем  встать в общий круг. Один из вас начинает: он подходит к кому-нибудь из коллег, смотрит ему в глаза и дарит ему свои аплодисменты, изо всех сил хлопая в ладоши. Затем они оба выбирают следующего коллегу, который также получает свою порцию аплодисментов, - они оба подходят к нему, встают перед ним и аплодируют. Затем уже тройка выбирает следующего претендента на овации. Каждый раз тот, кому аплодировали, имеет право выбирать следующего. Таким образом, игра продолжается, а овации становятся все громче и громче.