

## Тренинг «У меня растёт дочка, у меня растёт – сын»

**Оборудование:** бейджики с именами, ноутбук, презентация иллюстрация к притче «Мальчики с Марса, девочки с Венеры», материал для создания коллажа (ватмат, клей, ножницы, фломастеры, журналы), игрушки, бланки «Быть, делать, иметь», бланки обратной связи.

### Ход занятия:

#### I. Подготовительный этап

##### Правила группы

Родители совместно с психологом составляют правила группы.

Правило 1го микрофона (говорит только 1 человек).

Правило стоп (в любой момент можно отказаться, без осуждения).

Уважение к чувствам другого.

Родители добавляют правила выбранные группой.

##### Знакомство

Здравствуйте, уважаемые родители! Мы начинаем наш тренинг, который мы назвали «У меня растёт дочка, у меня растёт – сын». А вначале давайте с вами познакомимся. Предлагаю вам встать в круг. Начнем знакомство с меня. А теперь хотелось бы познакомиться с вами. Для этого вам необходимо назвать свое имя и одно прилагательное, которое вас характеризует.

#### II. Основная часть

##### 1. Притча «Мальчики родом с Марса, а девочки – с Венеры».

Психолог предлагает родителям представить, что мальчики родом с Марса, а девочки – с Венеры.

Однажды очень давно марсиане-мальчики посмотрели в свои телескопы на Венеру и увидели девочек. Один взгляд на них пробудил в марсианах интерес и желание увидеть девочек поближе. Марсиане изобрели межпланетные корабли и отправились на Венеру. Обитательницы Венеры встретили гостей радушно. Отношения между представителями разных планет самым волшебным образом изменили их жизнь, им очень нравилось общаться. Они выросли в разных мирах и с удовольствием изучали друг друга, таких разных в предпочтениях и поведении.

Долгие годы прожили они в любви и гармонии. Затем решили отправиться на Землю. Вначале все было чудесно и увлекательно, но... видно, сказалось влияние земной

атмосферы, и однажды утром представители обеих планет проснулись, частично потеряв память: и мальчики с планеты Марс, и девочки с планеты Венера напрочь забыли, что родились на разных планетах и что должны быть разными. За одну ночь в их памяти стерлось все, чем они были не похожи. С тех пор мальчикам, и девочкам стало тяжело понимать и уважать друг друга. Они сердятся и расстраиваются: мы желаем чтобы он или она хотели того, чего хотим мы, и чувствовать то, что чувствуем мы... Они забыли простую истину: мальчики и девочки отличаются друг от друга.

И мы будем учиться видеть эти различия и уважать их, тогда путаницы в общении и воспитании детей противоположного пола станет значительно меньше.

Вопросы участникам:

- Согласны ли вы, что мальчики и девочки настолько не похожи, будто они с разных планет?

- Давайте посмотрим на 2-х этих ребят (на экране мальчик и девочка) и найдём 5 сходств и 5 различий. (Люди, дети, анатомические сходства... различия (внешние признаки, одежда, увлечения).

## **2. Разминка.**

Мешочек в нём лежит несколько предметов (атрибутов) женского и мужского мира. Родители вытаскивают один предмет и передают его по кругу за спинами, так чтобы этот предмет никто не видел. Каждый к кому попал этот предмет, говорит, каким ему кажется этот предмет. Например: "Мне кажется, что он мягкий, круглый, зелёный, колючий, больше подходит мальчикам и т.д.". Можно высказывать разные предположения, но каждому можно назвать только одно качество. Важно воздержаться от попыток угадать этот предмет, до тех пор, пока не выскажутся все. Затем последний участник показывает всем этот предмет.

Перед взрослыми оказываются несколько предметов атрибутов женского и мужского мира.

## **3. Теория:**

### **«Психофизиологические особенности мальчиков и девочек»**

У мальчиков детство длится дольше, чем у девочек. Девочки рождаются более зрелыми на 3-4 недели, а к периоду половой зрелости эта разница достигает примерно двух лет. Тогда в начальной школе мальчики как бы младше девочек по своему биологическому возрасту на целый год.

Мальчики на 2-3 месяца позже начинают ходить, на 4-6 месяцев позже начинают говорить, при рождении мальчиков чаще наблюдаются осложнения, чем при рождении

девочек. Выкидыши у женщин бывают чаще, если они вынашивают мальчиков. По разным данным, на 100 зачатий девочек приходится 120-180 зачатий мальчиков. Часто гибель будущего мальчика происходит раньше, чем женщина узнает, что она беременна.

Статистика показывает, что среди детей 7-15 лет травмы у мальчиков случаются почти в 2 раза чаще, чем у девочек. Трудновоспитуемые дети тоже чаще мальчики.

Мальчиков, даже совсем маленьких, чаще ругают, реже берут на руки. По отношению к ним речь взрослых чаще содержит лишь прямые указания (отойди, принеси, дай, сделай, перестань...), а в разговоре даже с годовалыми девочками старшие чаще упоминают о чувственных состояниях (нравится, люблю, грустный, веселый...).

Физиологическая сторона восприятия тоже несколько различается у мальчиков и девочек. Показано, что до 8 лет острота слуха у мальчиков в среднем выше, чем у девочек, но девочки более чувствительны к шуму. В первых-вторых классах у девочек выше кожная чувствительность, т.е. их больше раздражает телесный дискомфорт и они более отзывчивы на прикосновение, поглаживание. Игры девочек чаще опираются на ближнее зрение: они раскладывают перед собой свои «богатства» - кукол, тряпочки – и играют в ограниченном пространстве, им достаточно маленького уголка.

Игры мальчиков чаще опираются на дальнее зрение: они бегают друг за другом, бросают предметы в цель и т.д. и используют при этом все предоставленное им пространство. Это не может не сказаться на особенностях развития зрительной системы. Кроме того, показано, что мальчикам, в отличие от девочек, для их полноценного психического развития требуется большее пространство, чем девочкам. Если пространство мало в горизонтальной плоскости, то они осваивают вертикальную: лазают по лестницам, забираются на шкаф.

Если попросить детей нарисовать план окрестностей своего дома, то мальчики в рисунках отражают большее пространство, умещают большую площадь, больше улиц, дворов, домов.

А как мальчики и девочки отвечают на занятиях?

Мальчик смотрит на стол, в сторону или перед собой и, если знает ответ, отвечает уверенно, а девочка смотрит в лицо воспитателя и, отвечая, ищет в его глазах подтверждения правильности своего ответа и только после кивка продолжает уже более уверенно.

И в вопросах детей прослеживается та же линия. Мальчики чаще задают взрослым вопросы ради получения какой-то конкретной информации («А какое у нас следующее занятие?»), а девочки – для установления контакта со взрослыми («А вы к нам еще придете?»).

То есть, мальчики (и мужчины) больше ориентированы на информацию, а девочки (и женщины) - на отношения между людьми.

Специалисты отмечают, что и время, необходимое для вхождения в занятие - период вработываемости - у детей зависит от пола. Девочки обычно после начала занятия быстро набирают оптимальный уровень работоспособности и обращают свой взгляд на педагога. Воспитатель видит это и строит обучение таким образом, чтобы самая трудная часть материала пришлась на пик работоспособности. Но ориентируются-то они на девочек. Мальчики же раскачиваются долго и на воспитателя смотрят редко. Но вот и они достигли пика работоспособности, а девочки, наоборот, уже устали.

Воспитатель сразу замечает это, т.к. контакт с девочками у него налажен хорошо- он все время видит их обращенные к себе лица. Он начинает снимать нагрузку, занятие переходит в другую фазу. А мальчикам бы именно сейчас и нужно дать ключевой материал. Но самое важное уже дано, а они его пропустили или не поняли, т.к. в нужный момент уровень их работоспособности был низок. Занятие закончено. Но было ли оно рассчитано на мальчиков, на особенности их физиологических и психических функций? К сожалению, нет.

Среди мальчиков больше вариантов индивидуальности, они нестандартно и интересно мыслят, но их внутренний мир часто скрыт от нас, т.к. они реже раскрывают его в словах. Они молчат, и нам кажется, что они не думают, не ищут решений, а поиск идет, он интересней и богаче, чем мы можем себе представить.

В любой деятельности, требующей поиска, свежего, нестандартного решения, впереди мужчины. А там, где нужно высочайшее исполнительское мастерство, женщины лидируют или, по крайней мере, не уступают мужчинам.

Психологи считают, что женщины (и девочки) превосходят мужчин в речевых заданиях. Даже изначально неречевые задачи они могут решать речевым способом.

Мужчины (и мальчики) превосходят женщин в видеопространственных умениях, т.к. выполнение пространственно-зрительных задач требует поиска.

Специальные исследования показали, что у мальчиков специализация правого полушария мозга в отношении пространственных функций, пространственно-временной ориентации, а значит, и лучшая организация тех видов деятельности, где необходимо пространственное мышление, имеется уже в шесть лет, тогда как у девочек ее нет даже к тринадцати.

А каковы особенности эмоциональной сферы мальчиков и девочек? Обычно мальчики более возбудимы, раздражительны, беспокойны, нетерпеливы, не сдержанны, нетерпимы, не уверены в себе и даже более агрессивны, чем девочки. Так, мальчиков родители часто считают неэмоциональными, когда воспитатели отмечают их

повышенную эмоциональность. В то же время при оценках эмоциональности девочек характеристики и мам, и воспитателей совпадают.

Но родители часто считают тревожными девочек тогда, когда ни воспитатель, ни психолог тревожности у них не отмечают.

У мальчиков встречаются лишь обратные случаи, когда психолог говорит о том, что мальчик очень тревожен, а родители с полной уверенностью заявляют, что их сыну такое качество не свойственно.

Родители склонны несколько завышать эмоциональность дочерей, видимо потому, что она проявляется в их речи и более наглядна, и не замечать эмоциональных переживаний сыновей. То есть родители обычно хуже понимают внутренний мир мальчиков. Даже такие, казалось бы, наглядные черты поведения, которые мы обычно связываем с понятиями "быстрый" или "медлительный" ребенок, по-разному оценивают родители и воспитатели.

Итак, мальчики кратковременно, но ярко и избирательно реагируют на эмоциональный фактор, а у девочек в ситуации деятельности, вызывающей эмоции, резко нарастает общая активность, повышается эмоциональный тонус коры мозга. Мозг девочек как бы готовится к ответу на любую неприятность, поддерживает в состоянии готовности все структуры мозга, чтобы в любую секунду отреагировать на воздействие, пришедшее с любой стороны. Видимо, этим и достигается максимальная ориентированность женского организма на выживаемость. Мужчины же обычно быстро снимают эмоциональное напряжение и вместо переживаний переключаются на продуктивную деятельность.

Взрослые должны учитывать особенности эмоциональной сферы мальчиков. Мамам, воспитательницам и учительницам трудно понять эту сторону жизни мальчика - они-то сами другие. Вот и получается, что мама (или педагог) долго ругают мальчика, нагнетая эмоции, и сердятся оттого, что он не переживает вместе с ней, а как бы остается равнодушным к ее словам. Нет, он не равнодушен. Просто он уже дал пик эмоциональной активности, отреагировал на первых минутах разговора, но он, в отличие от мамы (и сестры или одноклассницы), не может долго удерживать эмоциональное напряжение, он к этому не приспособлен и, чтобы не сломаться, просто отключил слуховой канал, и информация до его сознания не доходит.»

**Вывод:** мальчик и девочка – это два разных мира. «Мальчика и девочку ни в коем случае нельзя воспитывать одинаково. Они по-разному смотрят и видят, слушают и слышат, по-разному говорят и молчат, чувствуют и переживают. Постараемся понять и принять наших мальчишек и девчонок такими, какие они есть, такими разными и по-своему прекрасными, какими создала их природа.

А вот удастся ли сохранить, раскрыть, развить эти задатки, не повредить, не сломать - зависит только от нас с вами.»

#### 4. Коллаж «мир девочек» и «мир мальчиков»

Группа делится на 2 подгруппы: родители мальчиков и родители девочек. Каждая подгруппа получает ватман. Выбирает в журналах и вырезает фото предметов, символов, людей, животных и т.д., относящихся к «миру» мальчиков/ к миру девочек. Подгруппа создает коллаж из фотографий, подписей и рисунков на тему, предложенную ведущим.

Инструкция к заданию: «Давайте широко взглянем на мир девочек и мир мальчиков. Как одеваются, какие аксессуары используют, чем окружают себя, чем интересуются, что важно для них? За 10 минут – 15 минут каждая группа сделает один коллаж. Тема для родителей мальчиков – «Мир мальчиков», для родителей девочек – «Мир девочек». Каждая из подгрупп постарается выбрать наиболее яркие, характерные предметы, символы. По окончании работы каждая подгруппа делает презентацию своего коллажа.

#### 5. «Быть, делать, иметь»

Каждый из родителей в голове видит желанный образ, каким должен/ должна вырасти его сын/ дочь, какими качествами они будут обладать, чтобы счастливо и интересно прожить жизнь. Но вот как этого достичь? Ответ на этот вопрос мы получим, выполнив коучинговое упражнение «Быть, делать, иметь». Вам необходимо заполнить столбцы бланка. Первым заполняется столбец «Иметь». Ответьте себе на вопрос, какие черты должна иметь ваша дочь/ должен иметь ваш сын (качества, навыки). Когда последний столбец заполнен, заполняем столбец «Быть» - какими вы должны быть родителями, чтобы воспитать в ребёнке эти черты, качества, способности и т.д. И столбец «Делать» - что вы как родитель должны делать, чтобы сформировать в вашем ребёнке данные качества.

Пример

| <b>Быть</b>   | <b>Делать</b>   | <b>Иметь</b>                            |
|---|---|---|
| Я должна быть более слабой, давая возможность сыну проявить свою силу | Делать с сыном каждый день зарядку. Отдать сына в спортивную секцию. Бегать по выходным с сыном в парке | Хочу иметь сильного, мужественного сына |
| Быть самой аккуратной   | Ежедневно вместе с  | Хочу иметь аккуратную                   |

|            |                                |       |
|------------|--------------------------------|-------|
| и опрятной | дочкой наводить порядок и т.д. | дочку |
|------------|--------------------------------|-------|

Теперь у каждого из вас есть алгоритм действий!

### **III. Итог. Рефлексия.**

Подведение итогов тренинга. Родители отвечают на вопрос «Что ценного и полезного они возьмут с собой после участия в тренинге». Заполняют листы обратной связи «Что я уже знаю о воспитании девочек и мальчиков, чтобы мне хотелось ещё узнать, чему научиться».