**Встреча первая. «5 золотых правил воспитания»**

**Цель:**

1.Коррекция детско-родительских отношений.

2.Икогенологическое просвещение.

**Задачи:** понять и осознать -

1. Что такое «воспитание»? Кто воспитывает детей?
2. Кто такой ребенок?
3. Кто такие Родители и Родительское приключение.
4. Главную ошибку воспитания. Болезни воспитания.
5. «5 золотых правил воспитания».
6. Движущие силы воспитания и самовоспитания.
7. Как выстроить индивидуальную систему воспитания.
8. Эмоциональный настрой мамы.
9. Практические приемы взаимодействия с детьми.

**Слайд 1.**

Мы рады сказать Вам - Здравствуйте! И конечно, рады, что вы пришли.

**Слайд 2.**

Очень хочется, чтобы вы нашли для себя что-то новое, чтобы вам открылась еще одна «дверь» вашей Жизни и сохранилось желание приходить на наши встречи.

Очень важно время от времени останавливаться, чтобы нас не унес поток повседневных дел, которые всегда кажутся самыми важными. Но в спокойные минуты можно не спеша разобраться с тем, что действительно имеет для нас значение, и расставить приоритеты. Постоянно быть в состоянии напряжения – это разрушающая нас привычка; расслабление – тоже привычка. Можно избавиться от дурной привычки и приобрести хорошую. Дайте сами себе «отгул» - просто сядьте и спокойно посидите, чтобы обрести эмоциональное равновесие и прислушаться к своему внутреннему голосу. А поможет вам в этом ролик. (Ролик «Благодарность»)

Отдохнули немножко, замечательно! А теперь немного потрудимся!

**Слайд 3.**

Давайте познакомимся, представьтесь, и подумайте вслух, если возможно: «Что вы ждете от этой встречи?» (Спасибо. Продолжаем.)

А сейчас немного активизируем себя, свой мозг. Взбодримся. И заодно проанализируем, как мы себя чувствуем, когда делаем что-то непривычное*. Это даст Вам понимание, что чувствует ребенок, когда мы хотим получить от него то, что он еще не умеет делать, именно потому что надо время для научения определенному действию или навыку.*

Я предлагаю вам сделать одно т.н. кинезиологическое упражнение. Упражнение, которое вы можете делать с детками, и для себя. Оно развивает межполушарные связи. А следовательно и наш мозг, ум. И еще это весело.

- кулак, ребро, ладонь. (А.Л.Сиротюк «Кинезиологические упражнения»)

Три положения руки на плоскости (стол, собственные коленки) последовательно сменяют друг друга. Одновременно двумя руками.

Если не сразу получится, пробуйте, тренируйтесь. Сначала можно правой, потом левой, но в идеале двумя сразу, синхронно, быстро. Ладонь раскрытая на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола и т.д. по очереди. Можно давать себе команды: кулак - ребро - ладонь. Чем быстрее, тем лучше для развития межполушарных связей.

Вы смеетесь?! У всех получилось сразу? Нет. Но обязательно получится, если просто играть. Это можно отнести к полезной привычке, как способу восстановления эмоционального равновесия, переключения внимания, улучшения взаимодействия межполушарных связей.

4. Продолжим . . . погружение в тему «Воспитание детей»

* Вернемся немного назад. В прошлое. Когда родился ваш малыш и воскликнул, как умел «Я родился!»

**Слайд 4. «Я родился»**

Вспомните свои чувства, ощущения, мысли, эмоции. Очень надеюсь, что вы испытали огромную Радость соединения, ведь вы долгих 9 месяцев трудились, взращивали и вынашивали свой плод. Поздравляю Вас.

А потом начинаются первые хлопоты, разные. Приятные и не очень. Первые трудности. Тоже разные. Бессонные ночи или спокойные. Ребенок, долгожданный или не очень, он растет. Растут и заботы. И все надо успеть и преодолеть. А ведь еще есть муж, и родные, и может быть еще один ребенок. И все требуют от женщины любви и ласки и внимания и заботы. И при этом мама - женщина, хочет оставаться привлекательной. Но . . .

**Слайд 5 «Но часто так бывает . . . »**

Но часто бывает так, что несмотря на свою любовь к ребенку, мама буквально устает от него. Куда - то пропадает понимание, терпение, а вместо них появляется раздражительность и бессилие.

В ответ в ребенке мы начинаем замечать непослушание, отстранение и невнимательность к нашим словам. Вас это тревожит?

Бывает, очень сложно определить свои *истинные потребности* и желания, и на этом этапе иногда стоит потрудиться и заглянуть в себя поглубже.

А ведь когда женщина становится мамой, она мечтает о послушном ребенке! За которого не бывает стыдно.

**Слайд 6. «Усталость накапливается . . . »**

Усталость накапливается, раздражение и недовольство переполняет чашу, и у мамы одно желание – чтобы ее все оставили в покое? Откуда взять силы, энергию, чтобы сражаться еще и с ребенком?

Например, мама кричит на ребенка не потому, что его не любит, а потому, что устала. А еще мама может не знать, как вести себя в подобной ситуации; она может быть недовольна своей жизнью; может с ней в детстве так обращались родители, и она перенесла эту модель поведения на своего ребенка…

Женщина ищет ответ - как быть хорошей мамой? Идет к специалистам, советуется с подругами, привлекает в помощь маму или бабушку. Это помогает на какое-то время и . . . ощущение белки в колесе приводит в отчаяние. Что же делать?

**Слайд 7. «Вы заметили . . . »**

*Вы заметили*, что, прежде всего даются советы: как себя вести во время капризов и истерик, что делать, а что – нет, что говорить и как, но ***эмоциональному настрою мамы уделяется очень и очень мало внимания.***

А ведь это – основа успешного разруливания конфликта. ***Мама, обладающая эмоциональным спокойствием, может легко справляться с капризами ребенка*,** легко находить выход из ситуации в данный конкретный момент времени, легко находить компромиссные решения.

Я думаю, что каждая из вас найдет в своей «копилке воспоминаний», хорошие моменты общения с ребенком, после которых вам казалось:

- ну вот, кажется, что жизнь налаживается.

А потом опять . . . что-то происходит и все начинается сначала.

И вот здесь я прошу вас немного помолчать, т.к. свое сердце можно услышать только в тишине*. Послушайте, какие моменты оно вам рассказывает? Когда вам было хорошо со своим ребенком.*

(Возможно, кто-то хочет поделиться со всеми. )

Ребенок растет, его кто-то воспитывает, кто-то балует – ведь семья это не только папа-мама, но и другие родные и чужие люди.

И мы замечаем или нам говорят другие

- что-то ребенок совсем разбаловался!

**Слайд 8. «что-то ты разбаловался!»**

Что-же все-таки делать? Ответить для начала самим себе честно на 2 вопроса.

1. кто такой ребенок?

2. кто, что воспитывает моего ребенка?

**Слайд 9. «2 вопроса»**

Если кто-то может сказать свое мнение, мы с уважением его выслушаем. Спасибо, за доверие к присутствующим.

**Комментарий**. На первый вопрос ответы бывают разные. Ребенок это и радость родителей. И гордость. А бывает и наказание, а не ребенок. И помощь в старости. И кумир – «пуп земли» - сверхценность, либо как бремя, либо как собственность, что хочу то и делаю. И так далее. При этом конечно нужно сказать: «Все Ваши ответы имеют место быть. Да. Для каждого ребенок – это что-то свое!» И если прозвучит ответ, что ребенок это «Дар Божий» - это будет здорово, и это следует «усилить», что ребенок «Это Дар Божий!» Если не прозвучит, озвучить позже.

А вот второй вопрос давайте, разберем чуть подробнее.

**Слайд 10. «Кто меня воспитывает?»**

Далее свободное обсуждение пойдет именно о том, кто же воспитывает и как же все-таки воспитывать детей?

Что же такое само понятие - «воспитание»? (ответы участников).

**Слайд 11. «что такое воспитание?»**

*А еще очень важно понять:*

*- как этим воспитанием не разрушить тонкие связи отношений между родителями и детьми.*

Кстати, а как вы думаете, что означает само слово «воспитание». Вслушайтесь

«в - ось – питание».

**Слайд 12. «в - ось - питание»**

Т.е - питание оси. Ось – это стержень. Представьте себе, что происходит, если стержень, который держит увесистую конструкцию человеческой души, слаб и непрочен. Он гнется и ломается. Про такого говорят «этот человек без стержня».

*Вы спросите – чем же питать эту ось?*

*Ответ на поверхности. Человеческими ценностями - любовью*

*- уважением*

*- умением прощать.*

*Эти ценности и являются «инструментами воспитания».*

**Слайд 13. «инструменты воспитания»**

Поговорить об этих понятиях в свободной форме, на усмотрение ведущего.

***Сравните:***  
 ***Гиперопека - Любовь***  
 ***Крики и телесные наказания - Уважение***  
 ***Оскорбления - Забота***

***Потворствование капризам - Доброе точное слово***

***Попустительство***

Ксожалению механизмы воспитания у многих родителей чаще всего сводятся к формуле «делай так, как я говорю!»

**Слайд 14. «делай так как я говорю!»**

- Я лучше знаю как надо, и не важно, что ты думаешь по этому поводу, а если не будешь слушаться, то . . . и дальше

- в лучшем случае – нравоучение

- в худшем – грубая физическая сила.

*А это уже не воспитание, а самая настоящая дрессура.*

Помните сказку про «Курочку Рябу»

- деду с бабой привалило Счастье, а они даже рассматривать его не стали, какая разница, что оно золотое.

- надо бить, будем бить! Добились своего, разбили, чего же плакать?

Родители, так же очень часто поступают, ребенок и ребенок

- надо воспитывать, будем воспитывать, неважно какие у него там индивидуальные особенности.

А вдруг он, ребенок, то самое, «золотое яйцо» - неудобное, нестандартное, в пищу не употребишь, неважно, что золотое.

*Дети все воспринимают по-своему, не та как мы взрослые. И хорошо бы их изучать: особенности, желания, чего боится, о чем думает.*

А хотите, я вам расскажу сказку от имени «золотого яйца»:

- мне было тепло и уютно, потом я появился на свет

- как здесь интересно! Как много света вокруг!

- потом меня стали бить, били и били, сначала мне было очень больно, а потом я привыкло, а потом покатилось и все. . . темно, свет померк.

Вот такая грустная история.

Приведу вам пример из жизни.

1. мама пришла за сыном в садик. Пока он доедал кашу, стала рассматривать рисунки к новому году, которые висят в приемной.

- какой ужас, у всех аккуратные, красивые, а у моего . . .

- так это еще и другие родители увидят, какой ужас, стыдно-то как.

Когда она увидела сына, здравый смысл покинул маму.

- ты посмотри, какие работы у других детей, как красиво нарисовал Сережа, какая Маша молодец, разве трудно было постараться?

Сын обиделся, потом разозлился, а потом пошло-поехало.

Из таких случаев начинают расти «Болезни воспитания».

**Слайд 15. «болезни воспитания»** (обсудить с присутствующими в свободной форме)

**Непослушаание  
Свое-волие**

**Разрушительство  
 Вранье**

Продолжим.

А вот как эту историю увидел мальчик

- Утром я подрался с Сережкой, из-за машинки, меня наказали, хотя не я первый начал.

- а потом мы пошли на рисование, нам сказали, рисуйте «новогоднюю сказку», а какие уж тут сказки, если Сережка язык показывает, дразнится.

- нарисовал, конечно, раз уж надо. Потом мы гулять пошли, там с Сережкой помирились и нам весело стало.

- а вечером пришла мама, и я сначала обрадовался, а она меня ругать начала, что у меня рисунок плохой, а у Сережки – хороший. Я обиделся и разозлился, и весь вечер ругались.

- Знакомая ситуация, правда? - когда мы сравниваем своего ребенка с более успешными:

- если не сравниваете, это замечательно!

Значит, вам удалость его спасти от унижения. На деле – это очень обидно!

* Представьте, если ваша жена или муж сравнивают вас с друзьями, подругами. Вы что, сразу исправляться начнете? (у Мани борщ вкуснее или фигура лучше)
* В психологии действует з-н Ньютона «Сила действия равна силе противодействия» и поэтому мальчик вряд ли будет в таких случаях рисовать лучше. (а Вы порисуйте с ним дома рисунок на эту же тему. Вместе!!!)

Приведу вам еще один пример :

День рождение. Пете 4 года. Взрослые родственники, подарки, конфеты.

Подходит тетя: «Петя, угости конфеткой».

Потом еще один родственник подошел, еще один. В итоге Петя остался без подаренных конфет, поделился (выпросили!) со всеми.

Автор описываемого случая был через год опять у Пети на дне рождения.

* Пока взрослые, подарив подарки, увлеклись своими разговорами, Петя тихо исчез в другой комнате. И вышел через некоторое время довольный и весь в шоколаде.

Хотели научить быть щедрым, надо делиться, чтобы не вырасти жадным – получили с точностью наоборот. (Чувство меры обязательно во всех «воспитательных» мероприятиях).

*Конечно, ребенку надо указывать на ошибки, иначе он не будет развиваться. И вот здесь важно помнить «золотые правила» - их 5.*

**Слайд 16. «5 золотых правил»**

1. Главное не что сказать, а как сказать. (например слово «спасибо» можно сказать та-а-а-к по-разному, а что уж говорить о других наших словах).

2. Постарайтесь узнать, что было перед неудачей, прежде чем критиковать. (Наш случай с Петей, Сережей. Вспомните что-то подобное из вашей жизни).

3. Прежде чем ругать за ошибки, найдите, за что его можно похвалить. Поставьте себя на место ребенка. Вы старались, что-то делали (отчет или тот же борщ), а это не соответствует ожиданиям того, кому вы свой результат показываете. Вас ругают, но вы же – де-е-е-елали! ста-а-а-арались!

4. Прежде, чем сказать что-то неприятное - выдержите паузу, хотя бы 30 сек. (счет до 10, или дыхание на 4 – вдох, задержка дыхания, выдох – и считать каждый раз до 4.Психологи говорят, что проблему надо продышать).

Ваша эмоция будет другой, спокойнее. Очень часто бывает, что ребенок сделает на 1 рубль, а ругают на 5 рублей. «Сливая» на ребенка чужую вину, свою усталость, раздражение.

5. Каждый имеет право на свой комплект ошибок. Ведь ошибки, если они правильно поняты, это ступенька вверх, к развитию. Все выше и выше, чтобы увидеть над головой радугу жизни.

*Как же все-таки быть дальше. А дальше выясняется вроде бы очевидная вещь, но не всем. Зачем приходят дети в мир? Чтобы нас научить быть счастливыми родителями. Чтобы мы умели радоваться так, как умеют радоваться только дети, пока мы их с вами не «завоспитали». А для этого приходится и нам заниматься* ***самовоспитанием.*** *И учиться наполнять сердце Радостью.*

**Слайд 17. «как наполнять . . .»**

Учиться быть родителями, которые умеют найти выход из любой ситуации. И даже если ваше очередное решение позже вам не понравится, вы сможете все равно изменить ситуацию, простив себя, т.к. вы тоже имеете право на свой комплект ошибок. Мы не рождаемся родителями. Мы ими становимся. «Имея ребенка, вы автоматически не становитесь родителем - точно так же, как имея пианино, вы не делаетесь пианистом». (Американский публицист Майкл Ливайн).

**А кто такие Родители? И что значит быть Родителем?** Когда внутри женщины зарождается новая жизнь, она получает приглашение к Родительскому Приключению на своей Дороге Жизни. Каждый день дарит что-то новое: или радость, или трудность, или открытие, или сложнейшую задачку, или урок, или даже искушение, или возможность и помощников. Словом, все «как в сказке». Добро будет бороться со злом и в финале каждого периода, каждого этапа, - обязательно будет побеждать Добро. Родитель благодаря этому станет мудрее, а ребенок краше.

**Слайд 18.** **«Движущие силы»**

И для тех, кто намерен стать грамотным родителем на помощь приходят движущие силы воспитания и Родительского Приключения.

**1. Первая сила – способность к изменениям**. В процессе воспитания меняется не только ребенок, но и родитель. И изменения происходят в жизни, только памятники не меняются. Но и они все равно «меняются», покрываются пылью, загрязняются. Согласны ли вы с этим?.   
**2. Вторая сила – способность точно понимать таинство взаимовлияния и управлять им.** По отношению друг к другу люди, родители и дети, события на Дороге Жизни - все взаимосвязано и взаимовлияющее. Нужно точно наблюдать за результатами взаимовлияния и тонко управлять этим процессом.

**3. Третья сила – способность быть волшебником.** То есть точно изменяться в соответствии с задачами текущей ситуации. В этой смене качества – мудрость и волшебство родителя, Радостные события на Дороге Жизни.

**Слайд 19. «Икогенология»**

А вот какими – хорошими или другими – зависит от каждого родителя индивидуально. И на помощь пришла наука ИКОГЕНОЛОГИЯ.

**Икогенология помогает:**

1. **узнать и применить** для повышения качества взаимоотношений с ребенком, с партнером по жизни, с родными, с собой разные подходы, методы, приемы.

**Слайд 20. «как воспитывать . . . »**

- *как воспитывать детей без наказаний, криков и ссор*

- *5 основ здорового характера ребенка*  
- *ключевые идеи воспитания мальчиков*  
- *основные принципы воспитания девочек*  
- *сказкотерапия – как основной инструмент воспитания*  
*- как создать свою уникальную ВОСПИТАТЕЛЬНУЮ СИСТЕМУ*  
*- основы написания сказок для своих деток*

1. **увидеть и получить** положительные результаты, через осознание «уроков воспитания»:

**Слайд 21. «обозначим. . . »**

*- Обозначить основные ошибки и болезни воспитания  
- помогает увидеть пути решения этих проблем  
- получить реальные, результативные инструменты воспитания  
- сделать свой психоэмоциональный настрой более позитивным*

**Слайд 22. «с разных сторон . . . »**

1. **выстроить** индивидуальную систему точного воспитания через знания, которые дает икогенология.
2. **учит** рассматривать ситуации с разных сторон.

***Икогенология – это система индивидуального воспитания. В чем она заключается, как ее можно и нужно выстроить?***

**Слайд 23. «система . . .»**

***Как выстроить индивидуальную систему точного воспитания? Что для этого необходимо?*  
1. *Знание ключевых идей воспитания.*  
2. *Знание и понимание различных подходов в воспитании девочек и мальчиков.*  
3. *Правильный психологический настрой родителей.***

Где же можно учиться быть хорошей мамой и при этом счастливой женщиной. По большому счету – везде. У жизни, у успешных родителей, у специалистов, на качественных сайтах для родителей, в Международном Институте Комплексной Сказкотерапии.

Важно не просто накапливать информацию, а ПРИМЕНЯТЬ.

А мы приглашаем вас в родительскую песочницу «РАДУГУ».

**Слайд 24. «РАДУГА»**

Почему песочница? Потому что первое место «тусовки» наших деток, а соответственно и мамочек – это песочница. Это первый социальный институт. Место, где мы растем вместе с нашими детками, делимся радостями и заботами. Спрашиваем совета и делимся своими находками в воспитании деток.

**Слайд 25. «мы будем учиться . . .»**

Мы будем учиться:

* - учиться контролировать свои эмоции и сохранять спокойствие в любой момент
* - учиться удерживать любовь, терпение и здравомыслие, воспитывая детей
* - учиться достойно поддерживать красивые традиции Рода
* - учиться социальной стойкости, устойчивости к действию стрессов.
* - учиться укреплять мышцы Творчества, что даст внутренне ощущении жизнелюбия
* - учиться восстанавливать энергетический статус
* - учиться укреплять мышцы познания, они помогут понимать, запоминать, перерабатывать новую информацию
* мы с Вами будем учиться вместе в песочнице для родителей «РАДУГА».

А что выбираете ВЫ! Быть счастливой мамой и этому учить своих детей?

или . . . . . . . . . . . . . . .

Самое трудное в этой жизни – это сделать выбор!

Мы предлагаем вам - сделать выбор в свою пользу!

**Зачем нам нужны эти знания, навыки, умения?**

**Слайд 26. «Чтобы ваше сердце . . . »**

Чтобы качество наших взаимоотношений с ребенком, взаимопонимание, любовь ко всем родным приносила Счастье, а общий фон Радости был максимально стабильным. Чтобы наш социальный иммунитет позволял переплывать все житейские моря, как бы ни штормило. И тогда вы все будете легко успевать. И больше посвящать времени и семье и детям и себе любимой. Чтобы стать родителями - «пробужденными», стремящимися вырастить здоровых наследников, со здоровым характером, телом, душой и будущим.

А для этого необходимо вовремя восстанавливать т.н. энергетический баланс организма, не доводя себя до истощения. Как это делать? С одной стороны легко, с другой – если нет привычки, знаний, трудно. Для иллюстрации я расскажу вам анекдот, который я очень люблю.

**Слайд 27. «анекдот»**

**«Мама закрылась в комнате, и пьет кофе с шоколадкой. Дети долго ждали. Потом не выдержали.**

* **Мама, что ты там делаешь?**
* **Дети, я вам делаю добрую маму».**

О чем этот анекдот? О том, что эмоциональное состояние мамы очень четко считывают дети, которые являются великолепными психологами. И мама со стабильно-положительным эмоциональным состоянием реально может управляться с детками достаточно спокойно, без нервов. Т.к. дети отражают именно наше эмоциональное состояние. Вспомним первый пример, про Сережу. И свои какие-то находки в воспитании и общении с детьми.

А это возможно, если помнить о том, кто такой ребенок? Это вопрос, с которого начиналась наша встреча «Кто такой Ребенок?»

**Ребенок – это Дар Божий.**

**Слайд 28. «ребенок – это Дар»**

И главная ошибка воспитания, осознаваемая или неосознаваемая, восприятие ребенка как кумира – «пуп земли» - сверхценности, либо как бремени, наказание, либо как собственности, что хочу то и делаю, это мой ребенок. А ребенок это Дар Божий!

И я хочу предложить вам одно **упражнение.** Расскажите «Какой ваш ребенок?»

Расскажите себе честно. Для себя, об этом хорошо подумайте. А сейчас немного теории.

1. Эгоцентричные родители – оценивают ребенка.

**Эгоцентри́зм** (от [лат.](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) *ego* — «я», *centrum* — «центр круга») — неспособность или неумение индивида встать на чужую точку зрения. Восприятие своей точки зрения как единственной существующей. Термин введён в [психологию](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) [Жаном Пиаже](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B8%D0%B0%D0%B6%D0%B5,_%D0%96%D0%B0%D0%BD) для описания особенностей мышления, характерного для детей в возрасте до 8—10 лет. По различным причинам такая особенность мышления в разной степени выраженности может сохраняться и в более зрелом возрасте.

2. Аллоцентричные родители –интересуются ребенком. **Аллоцентризм** (греч. allos — другой, иной) — воззрение, которого придерживается индивид, склонный ставить себя на место других, чтобы лучше их понять, которые обращает внимание на других людей, т.е на детей. Это исследователи своих детей, первооткрыватели.

**Слайд 29. «сердце».**

Желаем вам чаще слышать искренние слова, которые говорит счастливый ребенок «мама я тебя люблю».

**Слайд 30. «работа на будущее».**

И мы всегда с вами сегодня работаем на будущее. Ведь не зря говорится, что посеешь, то и пожнешь.

**Слайд 31. «воспитывай себя».**

Поэтому нам с вами и надо заниматься не только и не столько воспитанием детей, сколько еще и **самовоспитанием**. Ибо если вы не умеете что-либо делать сами, то вы не можете научить этому другого, потому что дети делают не то, что мы им говорим, а то, что мы с вами делаем.

**Слайд 32 «шаг назад».**

Иногда, чтобы стать счастливым, нужно сделать шаг назад. Ведь многие двери открываются на себя. Как это можно понять?

Давайте поразмышляем. Ведь когда нам что-то не нравится, мы начинаем думать – как сделать, чтобы устраивало. Мы мысленно возвращаемся назад, анализируем, делаем выводы или оставляем все как есть. И наступаем на любимые грабли, которые опять бьют по лбу.

А если действительно хотим добиться результат, то давайте откроем для себя дверь в **икогенологию** – в собственную гармоничную жизнь. И при этом будем помнить, что для этого придется потрудиться, сначала над собой, и как большая благодарность за ваш труд, будет улучшаться качество ваших отношений в семье.

**Слайд 33. «Матрица. . .»** Семейное Благополучие - это **ТРУД** отношений. А что дальше? Это уже другая история, другие встречи.

**Слайд 34 «Блин, как глубоко . . . »**

К любой новой информации необходимо привыкнуть, осмыслить, переварить, понять, созвучна ли Вам эта информация или нет. И принять решение.

**Слайд 35, 36.**

Вот мы и подошли к концу нашей встречи. Хотелось бы услышать, что откликнулось, полезно ли было? Узнали вы что-то новое для себя? Нужны ли вам такие встречи?

(Можно провести еще медитацию, это на усмотрение ведущего и по состоянию группы.)

**Медитация.**

Сядьте так, как Вам удобно и прикройте глаза. Сделайте глубокий вдох и медленный выдох.

А теперь представьте себе, что вы попали в удивительное место. Это поляна, с одной стороны которой протекает река, а с другой стороны расположена скала. Струи водопада сбегают с нее, образуя внизу маленькое озерцо. Из него небольшим потоком вода убегает в реку. Эта поляна залита солнцем. Но это не послеполуденное солнце, предвещающее зной. Это мягкое солнце, ласково согревающее и тело и душу.

Это особенная заповедная поляна. Не каждой женщине дано попасть сюда. Это место называют «Поляной очищения». Известно, что та, которая окажется здесь, сможет очистить и тело, и сердце, и мысли, и чувства.

Не думайте, что вода очень холодная, она именно той температуры, которая сейчас необходима для очищения. Просто доверьтесь воде. . . А теперь дайте капелькам чудесной воды высохнуть на солнышке. . .

Посмотрите, Хранители Поляны приготовили для вас новую, чистую одежду. Пожалуйста, примерьте ее. Она должна быть вам впору.

Струи водопада могут стать для вас зеркалом, если вы пожелаете. Рассмотрите свое новое отражение. Каково оно? Вам нравится?

Приходите на эту Поляну почаще – ведь вам теперь открыта дорога сюда!

Пожалуйста, глубоко вдохните и выдохните еще раз.

1. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева. По материалам базового курса сказкотерапии, курса икогенологии.

2. Лариса Борисова - «Радуга жизни».

3. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. Семь дорог Женщины. С – Пб. Речь, 2014г.