

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЕЛИЗОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 8»

**ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ ПРОГРАММА
«ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ»**

для родителей (законных представителей) обучающихся
общеобразовательных школ

Автор-составитель
Миронова М. В.,
педагог-психолог

e-mail shool8-el@yandex.ru

2021 г.

г. Елизово

Содержание

Аннотация	3
Пояснительная записка	6
Цели и задачи программы	7
Обоснование необходимости реализации программы для указанных целей и решения поставленных задач	8
Новизна	11
Участники программы и особенности возрастной группы	12
Научно-методические и нормативно-правовые основания разработки и реализации	12
Описание использованных методик, технологий, инструментария.	13
Сроки, этапы и алгоритм реализации программы	14
Структура и содержание занятий	15
Принципы организации работы с родителями	16
Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы	17
Ожидаемые результаты реализации программы	18
Содержание занятий	18
Библиографический список	55

Аннотация

Настоящая образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа разработана и апробирована на базе МБОУ «Елизовская средняя школа № 1» Елизовского муниципального район Камчатского края. Программа имеет практическую значимость и направлена на повышение родительской компетенции в вопросах воспитания и обучения несовершеннолетних, профилактику негативных проявлений в детско-родительских отношениях.

В Федеральном государственном образовательном стандарте СЕМЬЯ обозначена как базовая национальная ценность. В "Концепции развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года" (утв. Минобрнауки России от 19.12.2017), одной из приоритетных задач является психолого-педагогическое просвещение и консультирование родителей (законных представителей) ребенка по проблемам обучения, воспитания, развития. Национальный проект «Образование» (сроки реализации: 01.01.2019 - 31.12.2024) одной из ключевых задач определяет – воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций. На основе этого, понятно, что выполнение поставленных задач возможно при тесном взаимодействии семьи и школы. В свете задач, стоящих перед российским образованием на современном этапе общественного развития, системная и последовательная просветительская работа с родителями на всех этапах взросления ребенка на протяжении обучения в школе, является не только актуальной, но и необходимой.

Программа адресована специалистам, организующим психолого-педагогическое просвещение родителей обучающихся. Направлена на обучение навыкам эффективного взаимодействия родителей (законных представителей) с детьми на разных этапах развития, расширение

педагогических компетенций родителей в вопросах образования детей на этапах обучения начального и среднего звена, формирование положительного образа «семьи», «родителей», «детей», формирование активной педагогической позиции родителей, привлечение их к активному включению в учебный процесс, во внеурочную, досуговую деятельность, укрепление и актуализацию внутренних ресурсов родителей.

Особенностью данной программы является возможность ее реализации для родителей учащихся с 1 по 7 классы. Информация подобрана таким образом, что будет актуально родителю ребёнка младшего и среднего школьного возраста. В нее включены несколько занятий в формате «родитель+ребёнок», что является наиболее продуктивной формы работы с семьёй.

Программа «Школа для родителей» включает в себя 10 тренинговых занятий. Реализация программы осуществляется через работу родительского лектория на базе образовательной организации, индивидуальные и групповые консультации для родителей (законных представителей).

Программа содержит подробный тематический план занятий, снабжена диагностическими и методическими материалами.

Программа реализуется с 2018 г. За этот период 62 родителя (законного представителя) прошли курс занятий по программе: 2018-2019 уч. год – 21 чел.; 2019-2020 уч. год – 19 чел.; 2020-2021 уч. год – 22 чел.

Анализ психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания проводится на основании анкетирования (анкета «Родители о воспитании») и анкеты обратной связи в конце курса.

Положительные результаты реализации программы подтверждаются отзывами родителей (законных представителей) в ходе анкетирования. Они отмечают, что занятия помогли им лучше узнать и понять своего ребёнка (96%); осознать некоторые свои ошибки в отношении к ребёнку (95%); помогли находить оптимальные способы реагирования на некоторые

ситуации, связанные с поведением ребёнка (67,7%); способствовали улучшению общения с ребёнком (67,7%).

Родители - участники программы выражают желание повышать свою родительскую компетенцию, расширять психологические знания, принимать на себя ответственность в полной мере за воспитание детей, а так же уделять этому вопросу более продолжительное время, чем это было в начале занятий.

В целом реализация программы способствует формированию эмпатии, безоценочно принимать своего ребенка, создавая атмосферу доверительности, в которой ребёнок чувствует себя безопасно. Они больше узнают об особенностях личности ребенка, рефлексиируют свои стратегии взаимодействия с ребенком, выбирают наиболее оптимальные, осуществляют самокорректировку неконструктивной родительской позиции. Форма занятий содействует ослаблению внутренней напряжённости родителя, осознанию страхов и переживаний, связанных с воспитанием ребенка, достижению эмоциональной и поведенческой стабильности.

Пояснительная записка

Работая в школе педагогом-психологом достаточно продолжительное время, анализируя тематику психологических запросов консультативных встреч с родителями, понимаю, что современные родители, воспитывая детей, всё больше нуждаются в помощи специалистов. Консультации нужны не только родителям «трудных» детей, но и благополучным семьям. В настоящее время всё чаще встречаются дети эмоционально неустойчивые, с разными вариантами личностной акцентуацией: агрессивностью, лживостью, повышенной ранимостью, избыточной эмоциональной чувствительностью, застенчивостью и т.д.

Работа с родителями – одно из важнейших направлений работы школьного психолога, нацеленного на сохранение психологического здоровья обучающихся. Анализ современной семьи показывает, что многие родители зачастую не в состоянии обеспечить благоприятные психологические условия, которые способствовали бы эффективной социализации ребёнка, что в свою очередь, приводит к обострению разного рода проблем в частности в детско-родительских отношениях. Многие проблемы, возникающие в процессе воспитания, часто становятся следствием отсутствия у родителей психолого-педагогической грамотности, недостаточной осознанности, а порой и стихийности воспитательных воздействий. В связи с этим, одной из основных задач в организации работы с родителями выступает повышение их психолого-педагогической компетентности, под которой понимается совокупность таких личностных и коммуникативных свойств, которая позволяла бы достигать максимально качественных результатов в воспитании и развитии ребёнка.

Родительство является, пожалуй, самой важной и ответственной деятельностью человека. Однако, в обществе пока еще не сформировался институт целенаправленной подготовки к родительству. Родительская функция выполняется исходя, прежде всего, из традиций семьи,

разнообразной и часто противоречивой информации, полученной из СМИ, популярной литературы и других источников и лишь минимально вбирает в себя опыт научных достижений в области педагогики и психологии. Многим родителям не хватает знаний в вопросах воспитания, они мало знакомы с возрастными особенностями психофизического развития детей, уровень психологической культуры семейных отношений порою оказывается недостаточным для создания благоприятной среды, в которой ребенок смог бы наиболее полно раскрыть природные задатки.

Все это является почвой для искажений в развитии личности уже на самом первом этапе жизни ребенка. Тем самым могут быть упущены невосполнимые возможности, которые больше в жизни ребенка уже никогда не повторятся.

В свете задач, стоящих перед российским образованием на современном этапе общественного развития, системная и последовательная просветительская работа с родителями на всех этапах взросления ребенка, начиная с самого раннего возраста, является не только актуальной, но и необходимой. Для решения поставленных задач нами была разработана психолого-педагогическая программа родительского просвещения «Школа для родителей».

Цели и задачи программы

Цель программы: повышение уровня компетентности родителей в вопросах детско-родительских отношениях, образования, воспитания и развития личности ребенка.

Задачи:

1. Создать благоприятные условия для взаимодействия образовательного учреждения с родителями (законными представителями) обучающихся.
2. Познакомить родителей (законных представителей) с основами возрастной психологии.

3. Обучать навыкам эффективного взаимодействия родителей (законных представителей) с детьми начального и среднего звена обучения
4. Актуализировать положительный образ: «семьи», «родителей», «детей».
5. Развить навык анализа чувств и преодоления стресса.
6. Актуализировать внутренние ресурсы родителей в вопросах воспитания детей.
7. Оказать психологическую поддержку семьям обучающихся.

Обоснование необходимости реализации программы

Как отмечает М.А. Евдокимова, «вопросы оказания помощи и поддержки родителям в формировании родительской компетентности и эффективной реализации родительской функции в настоящий момент выступают как острая потребность современного мира.

Анализируя исследования многих специалистов в области семейного воспитания (И. Н. Андреева, А. Я. Варга, Ю. Б. Гиппенрейтер, К. В. Дубровина, М. И. Лисина, И. М. Марковская, А. С. Спиваковская и др.) можно сделать вывод о том, что возникает ряд противоречий между существующими навыками и компетенциями современных родителей и изменившимися требованиями к реализации родительства. Низкая готовность родителей к осуществлению воспитательных функций, несформированность необходимых компетенций приводят к нарастанию проблематики и необходимости специальных мероприятий по ее решению.

Школа, как один из основных социальных институтов, призвана не только обучать и воспитывать ребенка, но и педагогически управлять семейным воспитанием. Кризис семейного воспитания сказывается для школы не только в усложнении педагогической работы с детьми, но и в усложнении работы с родителями. В последние годы, как отмечают многие

ученые, усилилась тенденция самоустранения многих родителей от решения вопросов воспитания и личностного развития ребёнка.

Во многих сетях, по мнению Т.В. Коваленко, дети живут в условиях социально-психологической депривации, испытывают дефицит эмоциональной поддержки со стороны родителей, социально и педагогически запущены. Контакты детей с родителями становятся формальными, совместные формы деятельности исчезают, из-за отсутствия заинтересованного и внимательного отношения родителей и ребенка, у несовершеннолетних может формироваться неадекватная самооценка, неуверенность в своих силах, появляются негативные формы самоутверждения, а в крайних случаях - педагогическая запущенность, задержка психического развития, асоциальные проявления в поведении (дромомания, клептомания и пр.).

Вследствие чего, современные родители, по мнению специалистов, не применяют методов педагогического воздействия, недооценивают значения семейного воспитания. Демонстрируют отсутствие потребности в педагогических знаниях, неумение взаимодействовать с детьми, неспособность оценить перспективы развития ребенка и создать возможности для их реализации.

При составлении данной программы курсов для родителей (законных представителей) несовершеннолетних детей по основам детской педагогики и психологии «Школа для родителей» за основу брались следующие выводы и результаты исследования Т.В. Коваленко:

1. Успешность развития родительской компетентности, образовательной деятельности родителей обусловлена осознанием и принятием родителями необходимости достижения эффективности в воспитательной деятельности. Уровень компетенции родителей напрямую оказывает влияние на эффективность их воспитательных воздействий на ребенка и его гармоничное развитие.

2. Родительская компетенция предполагает активную позицию в получении необходимых педагогических знаний, готовность пополнять и применять эти знания на практике, что возможно только в сотрудничестве с другими воспитательными институтами, прежде всего, со школой. Растущая потребность родителей в помощи специалистов, помогающих сформировать родительскую компетентность, обуславливает актуальность разработки программ поддержки и сопровождения родителей. Возможные подходы к развитию родительской компетенции и формированию осознанного родительства находят своё отражение в предлагаемой программе.

Программа содержит идеи теории привязанности Джона Боулби, психологическая модель, которая описывает динамику долгосрочных и краткосрочных межличностных отношений.

Привязанность – это сильные эмоциональные узы, возникающие между новорожденным и человеком, опекающим его. Теория привязанности направлена на объяснение эволюции этой связи, ее развитие и последствия для человеческого опыта, взаимодействий на протяжении всей жизни. Хотя она и относится в основном к исследованию развития ребенка, с 1980-х годов оказала большое влияние на социально-психологические теории личности и теории регулирования эмоций, в том числе относительно развития детско-родительских отношений.

Теория привязанности была первоначально разработана британским психоаналитиком Джоном Боулби. Он стремился понять, почему младенцы испытывают сильные переживания, когда их отделяют от родителей. И заметил, что разлученные младенцы, чтобы восстановить контакт с отсутствующим взрослым идут на различные действия, такие как плач, лихорадочный поиск, цепляние руками за различные предметы. В то время как остальные психоаналитики утверждали, что такое поведение было выражением незрелых механизмов защиты, действующих для подавления эмоциональной боли, Боулби отмечал, что подобные проявления – эволюционная функция. Основываясь на эволюционной теории, Боулби

предположил, что такие реакции являются адаптивным ответом на отделение от первичной фигуры привязанности – человека, оказывающего поддержку, защиту и заботу. Он утверждал, что в ходе эволюции младенцы, поддерживающие близкий контакт с родителем, с большей вероятностью доживали до репродуктивного возраста и были более эмоционально стабильны.

Реализация программных мероприятий позволит в значительной мере снизить социальную напряжённость и разобщённость людей в их ближайшем жизненном окружении, повысит уровень культуры отношений между родителями, детьми, школой. Взаимодействие участников программы будет способствовать укреплению института семьи, возрождению и сохранению духовно-нравственных традиций семейного воспитания.

Новизна

Новизна заключается в том, что работа строится на основе сотрудничества: дети – родители – психологи (совместное участие родителей (законных представителей) и детей в занятиях, что является прекрасным источником информации о личности ребенка и способствует формированию у детей навыков взаимодействия);

родители (законные представители) включаются в мини-дискуссии, игры, что позволяет им лучше понимать психологию ребенка, видеть его слабые и сильные стороны, анализировать свои стратегии взаимодействия с ребенком, выбрать наиболее оптимальные;

преимущество занятий в рамках программы является то, что они – пример активной формы экспериментального поведения, что обладает мощным социализирующим эффектом. Программа направлена на ослабление внутренней напряжённости родителя, на осознание своих переживаний, приобретение эмоциональной и поведенческой стабильности;

интерактивные методы взаимодействия детей и родителей (законных представителей) способствуют их личной заинтересованности в результатах совместной работы.

Участники программы и особенности возрастной группы

Программа рассчитана на родителей обучающихся 1-х - 7-х классов и их детей.

Научно-методические и нормативно-правовые основания разработки и реализации

Основанием для разработки Программы «Школа для родителей» послужили следующие документы: Конвенция «О правах ребёнка»; - №223 – ФЗ «Семейным кодексом Российской Федерации», Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Закон РФ от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями); Закон РФ от 21.12.96 г. № 159 – ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» (с изменениями); Закон РФ от 20.05.99 г. № 120 –ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями); Закон РФ от 24.04. 2018 г. №48-ФЗ «Об опеке и попечительстве», Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; федеральный и региональный проекты “Поддержка семей, имеющих детей” в рамках национального проекта “Образование”.

Труды отечественных и зарубежных педагогов XIX – начала XX века посвященные изучению проблематики семейного воспитания: П.П. Блонского, П.Ф. Каптерева, Н.К. Крупской, А.С. Макаренко, П.Ф. Лесгафта, В.А. Сухомлинского, С.Т. Шацкого, К.Д. Ушинского, Ф. Фребеля, Э.

Дюркгейма. Исследования педагогов и психологов проблем воспитания детей в семье А.Я. Варги, С.В. Ковалева, А.С. Спиваковской, В.В. Столина, М.И. Буянова, Ю.П. Азарова, Т.А. Куликовой, Г. Миаларе, Т. Эндо, Ч. Накаучи и др. В последние десятилетия проблема взаимодействия семьи и школы рассматривалась отечественными психологами А.А. Бодалёвым, М.О. Ермихиной, Р.В. Овчаровой, В.И. Гарбузовым, Г.Г. Филипповой, И.Ю. Хамитовой и педагогами М. Минияровым, Т.А. Марковой, А.Г. Харчевым, А.В. Петровским и др. Исследования А.Н. Леонтьева (1977), А.Р. Лурии (1980), Д.Б.Элькониной (1976) и других, определившие, что психическое развитие ребенка определяется его эмоциональным контактом и особенностями сотрудничества с родителями.

Значимые результаты содержатся в исследованиях А. Т. Анохина, Л. А. Забродина, А. В. Минина, доказывающих наличие потребности в помощи в формировании родительской компетентности, не только у родителей, чьи дети находятся в группе риска, но и у тех, у кого есть задача в выстраивании конструктивных детско-родительских отношений. Важными для данной программы являются работы исследования многочисленных авторов (И. Н. Андреева, А. Я. Варга, Ю. Б. Гиппенрейтер, К В. Дубровина, М. И. Лисина, И. М. Марковская, А. С. Спиваковская и др.).

Описание используемых методик, технологий, инструментария

- групповые занятия с элементами тренинга;
- практические семинары;
- психолого-педагогические консультации;
- просмотр фрагментов художественных фильмов;
- метод мозгового штурма;
- упражнение - схема;
- упражнение - таблица;
- упражнение - метафоры;

- кулатерапия;
- арт-терапевтические техники.

Предлагаемые приемы и формы работы подобраны таким образом, что они могут эффективно применяться на любом возрастном этапе развития ребёнка и родителя и дополняют друг друга.

В программой предусмотрены просмотр и анализ медиапродукции, использование фрагментов художественных фильмов, мультфильмов. Весьма важной в данном случае является применение методики девиантологического анализа медиатекста, которая помогает специалисту познакомить родителей с причинами возникновения отклонений в поведении несовершеннолетних и обучение навыкам эффективного взаимодействия с детьми на разных этапах развития через практические упражнения.

Сроки, этапы и алгоритм реализации программы

Данный курс рассчитан на 10 занятий. Каждая встреча продолжительностью 1-2 часа проводится один раз в месяц с сентября по май. В сентябре проводится мониторинг актуальных тем для родителей с целью корректировки плана занятий, что способствует мотивации родителей на совместную работу.

По завершении программы курсов проводится итоговый мониторинг, который позволяет зафиксировать произошедшие изменения. Индивидуальные консультации с родителями помогают определить дальнейший вектор развития. В промежутках между занятиями родители (законные представители) могут по запросу получать консультации психолога по актуальным вопросам развития, воспитания, обучения несовершеннолетних и формам построения эффективных детско-родительских отношений.

Формы работы с родителями в основном в формате тренингов с элементами лекций, а так же анкетирование, индивидуальные консультации,

беседы, лектории, дискуссии, практикумы, совместные занятия «родитель+ребёнок».

Этапы реализации программы:

I этап: первичный мониторинг (приложение 1) – сентябрь

II этап: реализация программы сентябрь-апрель

III этап: итоговый мониторинг (приложение 2) - май.

Направления реализации программы.

1. Взаимодействие с родителями в вопросах повышения компетенции по возрастной психологии и педагогике.
2. Проведение индивидуальных консультаций с родителями.

Структура и содержание программы

№	Тема занятия	Краткое содержание
1	Знакомство с программой. Я и мой ребёнок -поиски взаимопонимания	Вводная беседа. Упр. «Личное дело». Упр. «Знакомство» с использованием метафорических карт. Тест «Какими мы видите своих детей...». Рекомендации психологов
2	Дети, которых легко растить	Вводная беседа о теории привязанности. Упр. Фруктовый салат». Упр. «пускай встанет тот, кто...» Форум мнений. Рефлексия
3	Родительский авторитет	Вводная часть. Разминка. Просмотр видеофрагмента. Анализ видео. Теоритическая часть. Упр. «шапки-варежки» заключительная часть. Буклет.
4	Агрессия – что с ней делать!?	Разминка. Беседа. Теоритическая часть. Просмотр видеофрагментов. Анализ. Обратная связь
5	Как найти путь к бесконфликтной дисциплине. Правила о правилах	Разминка. Теоритическая часть: как воспитывать детей без наказания. Проблемные ситуации. Рефлексия. Рекомендации психолога
6	Формирование у детей ответственности	Вводная часть. Этап формирования мотивации. Теория: формирование ответственности у детей. Составляющие ответственности. Уровни воспитания ответственности. Условия воспитания ответственности. Просмотр видеофрагмента. Рефлексия
7	Помощь родителей, какой	Вводная часть. Теория: как правильно помогать

	она должна быть?	ребёнку. Задания для самоанализа. Рефлексия. Рекомендации
8	Досуг семьи как средство укрепления семейных отношений	Вводная часть. Разминка. Упр. «узнать ребёнка по руке» теоритическая часть: история куклы «Колокольчик». Изготовление куклы. Составить совместную историю с ребёнком о кукле. Обратная связь
9	Взгляд на мир с разных сторон	Разминка. Упр. «Пойми меня без слов» Одновременное рисование с ребёнком на стекле с разных сторон «Два мира» Рефлексия
10	Личностные ресурсы родителей	Разминка. Теоритическая часть. Упр. «воздушный замок». Упр. «мокрая бумага». Рефлексия: работа с чувствами. Памятки. Обратная связь по итогам курса занятий

Принципы организации работы с родителями

В основу программы легли важнейшие принципы повышения педагогической культуры родителей:

1. Принцип систематичности и последовательности. Программа представляет собой целенаправленное систематическое педагогическое просвещение родителей, руководство педагогическим самообразованием родителей и вовлечение их в деятельность по воспитанию детей. Систематичность и последовательность предполагает единство и преемственность всех звеньев программы, при этом то или иное структурное звено является продолжением предыдущего.

2. Принцип единства общественного и семейного воспитания. С учетом этого принципа строится содержание программы, даются практические задания, распределяются поручения среди родителей, что оказывает существенное влияние на работу школы с семьями учащихся.

3. Принцип оптимального сочетания коллективных и индивидуальных форм повышения педагогической культуры родителей. Суть этого принципа в том, что коллективную работу родителей по освоению педагогических знаний и умений продолжает соответствующая работа с группами родителей

(по классам), а также индивидуальная работа с отдельными семьями. И наоборот: индивидуальная и групповая работа способствует плодотворному участию родителей в коллективной работе по освоению необходимых знаний, умений для достижения более высоких результатов в обучении и воспитании детей.

4. Принцип эмоциональной безопасности для родителей. Психолого-педагогическая работа, как неизвестная родителям, может вызвать у них страх неопределенности, страх нового. Поэтому поначалу взаимодействие должно быть организовано через знакомые, понятные родителям формы. Если родитель отказывается от взаимодействия с педагогом, у него есть на это причины.

5. Принцип мотивирования родителей к взаимодействию с педагогом. Большинство родителей мало знают о возможностях педагога, поэтому может возникнуть либо страх взаимодействия (вдруг педагог увидит то, что не хотелось бы показывать), либо недооценка его значимости, но и в том и в другом случае возникает стремление избежать учителя.

Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы

Требования к специалистам, реализующим программу: занятия проводят два специалиста, имеющие высшее психологическое образование, прошедшие курсовую подготовку по особенностям проведения арт-терапевтических занятий, стаж работы в образовательном учреждении не менее 2 лет, опыт участия в тренинговых группах. Владеют знаниями по возрастной психологии, методическими основами работы с родителями. Умеют организовывать групповую работу. Имеют устойчивую систему нравственно-этических ценностей, основанную на общечеловеческих ценностях.

Требования к материально-технической оснащённости организации для реализации программы:

1. Наличие оборудованного кабинета, включая доску, стулья, столы.
2. Наличие мультимедийного оборудования для демонстрации презентаций, кино и видеоматериалов.
3. Диагностические материалы.
4. Дидактические материалы.
5. Ватманы, бумага формата А-3 А-4, карандаши, краски, фломастеры, стёкла для рисования, ткань, метафорические карты, непроливайки, кисти, ножницы, нитки.

Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы:

1. Интернет – ресурсы.
2. Проектор.
3. Библиотека.

Ожидаемые результаты реализации программы

Реализация программы позволит в значительной мере снизить социальную напряжённость и разобщённость людей в их ближайшем жизненном окружении, повысит уровень культуры отношений между родителями, детьми, школой, позволит комплексно решить вопросы профилактики асоциального поведения детей и подростков. Взаимодействие участников Программы будет способствовать укреплению института семьи, возрождению и сохранению духовно-нравственных традиций семейного воспитания.

Промежуточные:

1. высокая мотивация к участию родителей (законных представителей) в программе;
2. положительные отзывы о занятиях по программе от участников образовательного процесса;

3. наличие положительной динамики мониторинга.

Итоговые: в результате реализации программы ожидается:

- повышение интереса родителей к участию в системе психолого-педагогического просвещения;
- рост числа родителей, посещающих родительские собрания;
- активизация родителей в решении проблем семьи;
- повышение педагогической компетентности родителей (законных представителей) обучающихся;
- повышение взаимодействия между школой и родителями (законными представителями), учениками;
- укрепление института семьи, возрождение и сохранение духовно-нравственных традиций семейного воспитания.

Содержание программы

Занятие 1. Я и мой ребенок: путь к взаимопониманию.

Форма проведения: практическое занятие с элементами тренинга.

Цель: Знакомство участников программы, мотивация к взаимодействию.

Оборудование: метафорические карты «Пути дороги», листы бумаги, ручки, цветные карандаши, распечатанный текст теста, анкеты по количеству участников, просторное помещение, столы, стулья, мультимедийное оборудование.

Здравствуйте уважаемые родители. Рады приветствовать Вас в «Школе для родителей». Мы педагоги-психологи школы. Наши встречи будут проходить два раза в месяц. Наши встречи помогут оживить взаимоотношения родителей и педагогов, сделать их благоприятными для решения различных вопросов воспитания детей.

Предлагаем начать нашу встречу со знакомства. Для этого подойдите к столу и выберите картинку, которая наиболее отражает (ассоциируется) ваше настроение в начале нашего совместного пути.

Упражнение «Знакомство» с использованием метафорических карт «Пути дороги»: назвать свое имя (отчество), возраст ребенка (мальчик или девочка), какую метафорическую карту выбрал, почему, как она отражает настроение и ожидание от встречи.

Обсуждение

Родителям предлагается заполнить анкету «Уровень психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания» (Приложение 1).

Упражнение «Личное дело».

Процедура выполнения данного задания состоит из четырех этапов.

1. "Кто я?" Участникам предлагается в течение 10 минут не менее 10 раз письменно ответить на данный вопрос. При этом подчеркивается, что написанные вами тексты никем не будут собираться и просматриваться. Это ваша полная собственность.

2. "Каким родителем я себя вижу?" Участникам раздаются карандаши и листы для рисования. Им предлагается нарисовать реалистичный или абстрактный рисунок, можно схему. Словом, каждый свободен в выборе жанра и техники выполнения задания.

3. "Личный герб" Участникам раздаются бланки "герб и девиз". Им предлагается заполнить поля герба соответствующими символами, наиболее точно выражающими сущность каждого поля:

Первое поле - "Я как родитель"

Второе поле - "Мои дети"

Третье поле - "Я глазами своих детей"

Четвертое поле - "Моя родительская мечта"

Сами поля можно раскрасить подходящими цветами.

4. На ленте можно написать фразу, которая могла бы служить личным девизом. Это может быть известное изречение или придуманная самим родителем фраза.

Рефлексия. Родителям предлагается рассказать о своих чувствах, которые они испытывали, выполняя упражнение.

Далее родители отвечают на вопросы теста: «Какими мы видите своих детей...».

Вопросы для родителей:

1.Кем Вы хотите видеть своего ребенка:

а) на следующий год после окончания школы;

б) через 5 - 7 лет;

в) через 20 лет.

2.Какую профессию выбрал Ваш ребенок? Почему именно ее?

3.Назовите любимые занятия, увлечения Вашего ребенка.

4.Что в своем сыне (дочери) Вы относите к достоинствам?

5.Что в своем сыне (дочери) Вы относите к недостаткам?

6.Довольны ли Вы успехами в учебе Вашего ребенка в школе (в целом доволен; мне все равно, как он учится; мог бы учиться лучше; полностью доволен)?

7. Оцените по 5-балльной шкале (1 балл – не выражено, 2 балла – выражено слабо, 3 балла - выражено, 4 балла – выражено достаточно, 5 баллов – ярко выражено) проявление у Вашего сына (дочери) следующих качеств:

Качества	Оценка
Выдержка	
Аккуратность	
Настойчивость	
Лень	
Целеустремленность	

Самостоятельность	
Дисциплинированность	
Трудолюбие	
Эгоизм	

Рефлексия по результатам анкетирования

Совпадают ли Ваши ожидания и реальность по отношению к ребёнку?

Что бы Вам хотелось изменить в нём? Возможно ли это?

Рекомендации психологов предъявляются родителям в виде слайдов презентации.

Для поддержания детско-родительских отношений основанных на взаимопонимании важно:

- принимать ребенка со всеми его достоинствами и недостатками;
- проводить вместе время (играть, читать, заниматься вместе);
- активно слушать его;
- не вмешиваться в его занятия, с которыми он самостоятельно справляется;
- помогать, когда просит;
- поддерживать в трудную минуту;
- делиться своими чувствами, доверять;
- конструктивно разрешать конфликты;
- использовать в повседневном общении фразы: "Мне хорошо с тобой", "Я рада тебя видеть", "Мне нравится как ты...", "Хорошо, что ты пришел", "Давай посидим вместе" и др.;
- обнимать чаще.

Наша сегодняшняя встреча подошла к концу. Просим Вас дать обратную связь:

- На сколько Вам было комфортно работать?
- На сколько интересно?
- Ваши впечатления.

Занятие 2. Дети, которых легко растить

Форма проведения: практическое занятие с элементами тренинга.

Цель: обучение родителей навыкам позитивного взаимодействия с детьми.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, мультимедийное оборудование.

Упражнение «Закончи предложение»

Добрый вечер, уважаемые друзья! Предлагаем начать нашу встречу. Закончите предложение «Представляете, когда я шла (шел) на нашу встречу, я ...»

Психологическое «размораживание» Упражнение «Поменяться местами те, кто....»

Родители сидят в круге, ведущий произносит фразу: Меняются местами те, кто.....

- любит своего ребёнка
- кто балует ребенка
- кто обнимает ребенка не менее 4 раз в день
- кто говорит ему ласковые слова
- кто хвалит ребёнка и т. д.

Рефлексия упражнения:

Поменялось ли ваше настроение после упражнения?

На сколько Вы чувствуете себя готовым включиться в работу?

Вводная беседа о теории привязанности.

Основоположником теории привязанности считается британский психолог Джон Боулби.

Отношения привязанности — это комплекс взаимозависимых отношений. Если мы рассмотрим, то внутри привязанности обнаружим две

группы инстинктов: инстинкт зависеть, смотреть снизу вверх, следовать «за», улавливать намёки «от», внимать; и вторая группа инстинктов – это ответ на позицию смотрящего снизу вверх: давать указания, показывать направление, предлагать поддержку, отвечать на нужду в контакте и близости.

Стремление доминировать – это часть комплекса привязанности. И в своей незамутнённой форме оно призвано исходить из стремления заботиться. Когда человек стремится доминировать, контролировать, брать на себя ответственность, указывать направление, то природой предполагается, что всё это происходит в контексте заботы о другом, о том, кто нуждается, кто зависим. Стремление к привязанности – одно из самых сильных человеческих стремлений.

Первая задача привязанности – организовать зависимость, организовать отношения в иерархическом порядке, в порядке доминирования и подчинения. Это могут быть только вертикальные отношения, цель которых – облегчить задачу заботиться и принимать заботу.

С одной стороны, привязанность помогает ребёнку зависеть от взрослого. Дети не рождаются, чтобы слушаться всех подряд, чтобы о них заботился любой встречный, выразивший такое желание. Привязанность облегчает ребёнку задачу быть восприимчивым к тому, что о нём заботятся, он слушает нас, подражает нам, воспринимает нас, как безопасную базу, ищет у нас утешения и помощи.

С другой стороны, когда мы отвечаем на нужду ребёнка в заботе и ласке, мы автоматически становимся в доминирующую позицию заботливой альфы. Мы тут же осознаём нашу ответственность за его жизнь и благополучие. Мы готовы заботиться о нём, защищать, удовлетворять все его нужды. Его страдания сводят нас с ума, а за его улыбку во сне мы готовы простить все бессонные ночи. Чтобы ни случилось — вы для ребёнка — надёжная гавань, остров спокойствия в океане жизненных бурь. А бурь у ребёнка очень много, ведь для него всё впервые и ему постоянно приходится «овнутрять» новый опыт, что очень энергозатратно. Его мозг

работает с такой нагрузкой, которая взрослым и не снилась. Поэтому ребёнку очень важно знать, что человек, которому он доверяет, ЗНАЕТ, что делать, ЗНАЕТ, как надо и решит ВСЕ проблемы. Для ребёнка ощущение родительского бессилия — одно из самых тревожных переживаний. Поэтому, когда вы не знаете, «как надо» - блефуйте. Ребёнку не важно, куда вы идёте, потому что фокус его внимания — на вас, а не на цели вашего путешествия.

Время от времени вам придётся проявить свою заботу и откровенным запретом. Или сделать выбор: помочь ли ребёнку решить его проблему прямо сейчас, или помочь адаптации, сказав нет, и дав выплакать слёзы тщетности в своих руках. Когда нам нужно его желание на взаимодействие с нами, откровенные требования могут спровоцировать сопротивление, тогда можно податься назад, уменьшить давление и увеличить привязанность.

Хочу предупредить: не надо сейчас всё бросать и срочно становиться в альфа-позицию по отношению к своим детям, начинать доказывать им, кто в доме хозяин. Быть альфой — это не значит заставлять своего ребёнка делать что-то, это значит находиться в той позиции, которая поможет ребёнку расслабиться, даст сигнал его мозгу, что он может положиться на взрослого, который в ответе, положиться на привязанность, и позволит природе делать свою работу по взрослению ребёнка. Если привязанность между вами и ребёнком не очень крепкая, то начните именно с заботы. Помните: альфа — это, прежде всего, попечение, желание и способность дать своему ребёнку то, в чём он нуждается.

Начинать заботиться о ребёнке без его на то согласия — порождать дальнейшие проблемы. Наша всеобщая озабоченность независимостью сильно нам мешает. Мы торопимся, хотим, чтобы наши дети как можно раньше начинали самостоятельно одеваться, кушать, развлекать себя, решать свои проблемы. Мы радуемся их независимости или тому, что мы понимаем под словом «независимость». Нам кажется, что если мы начнём предлагать нашим детям зависеть от нас, они затормозятся в развитии, если мы поможем им в чём то, то они начнут зависеть от нас во всём. В действительности

таким поведением мы не воспитываем независимость, мы воспитываем независимость от нас. Это похоже на то, что мы не можем сделать наших детей выше, мы просто можем обеспечивать их необходимым питанием. Когда мы забываем, что рост и взросление – естественные процессы, мы теряем перспективу. Нам страшно, что наши дети увязнут где-то на пути взросления и никогда не станут взрослыми. Мы думаем, что если не подтолкнём их немного, они никогда не покинут гнёзда. Но люди не птицы, чем больше мы выталкиваем своих детей, тем сильнее они цепляются за нас. А если им не удаётся зацепиться за нас, они цепляются за кого-то другого.

Форум мнений.

Как вы относитесь к данной теории?

Что вы о ней думаете?

Как вы считаете, испытывают ли ваши дети чувство привязанности?

Упражнение «Случай из жизни»

Уважаемые родители, представьте себя капитаном корабля. Что входит в ваши обязанности? Что входит в обязанности юнги, повара, матросов?

С чем (кем) мы можем сравнить эти роли?

Ответы родителей.

Психолог: жизнь всей команды зависит от вас, особенно в шторм. Капитан корабля не будет варить макароны за повара, или драить палубу за юнгу, но он в ответе за несваренные макароны или грязную палубу, а так же за то, чтобы все его подчинённые чувствовали себя в психологической и физической безопасности. Хороший капитан корабля никогда не будет злоупотреблять своей властью, он даже не будет её демонстрировать без нужды, он просто знает, что она есть, и все остальные знают. И у него есть власть не потому, что кто-то назначил его капитаном корабля, а потому что что он сам взял на себя ответственность вести свой корабль, несмотря ни на какие трудности. И так же стоит задача перед заботливым родителем.

Рефлексия.

- О чём Вы задумались после сегодняшней встречи?

- Что важного узнали для себя? Какие выводы сделали?

Занятие 3. Родительский авторитет

Форма проведения: практическое занятие с анализом видеосюжетов (о детско-родительских отношениях, стилях семейного воспитания).

Цель: способствовать развитию психолого-педагогической компетенции родителей через осознание роли родительского авторитета в воспитании ребенка.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, презентация, мультимедийное оборудование, видеофрагмент фильма «Вам и не снилось», «Доживём до понедельника», «Авария, дочь мента».

Приветствие участников. Повторение правил работы группы.

Упражнение «Закончите предложение»

Добрый вечер, уважаемые родители! Предлагаем начать нашу встречу. Закончите предложение «Я как родитель могу...»

Психологическое «размораживание». Упражнение «Найди себя»

На столе разложен набор разных предметов: ракушка, игрушка, кубик, зеркальце и т. д.

Родителям предлагают: посмотрите на предметы, разложенные на столе, и выберите тот, который чем-то похож на вас, чем-то понравился, привлек ваше внимание. Расскажите историю об этом предмете (персонаже).

Упражнение «Посидите на стуле, как....»

Как король, как кукла, как кошка, как учитель, как джентльмен, как маленькая девочка... в каком образе было удобнее всего?

Просмотр видеофрагментов из художественных фильмов «Доживём до понедельника», «Авария, дочь мента», «Вам и не снилось».

Родителям предлагается просмотреть видеофрагменты, в которых демонстрируются разные стили семейного воспитания.

Беседа (анализ) по результатам просмотра:

- Что вы думаете о каждом из этих стилей воспитания?
- Были ли похожие случаи в вашей жизни (ваших отношениях с детьми)? Почему это происходило?
- Что (какое поведение родителя) вы считаете неприемлемым в воспитании ребенка? Почему?

Теоретическая часть и презентация

В современной психологии выделяют 6 стилей семейного воспитания: гипоопека, гиперопека, непоследовательный стиль, по типу эмоционального отвержения, демократический, или гармоничный, авторитарный. Каждый из этих стилей оказывает разное влияние на психику и формирование личности ребенка.

Авторитарный стиль

При таком стиле воспитания родители осуществляют строгий контроль за жизнедеятельностью ребенка. Контролируются желания, потребности, интересы, круг общения. При, таком стиле семейного воспитания родители используют физические наказания, принуждения, запреты. Таких родителей заботит лишь то, чтобы ребенок рос послушным и исполнительными. Дети находятся в постоянном эмоциональном напряжении, что сказывается на психическом и физическом здоровье ребенка. Здесь возможна невротизация, соматические проблемы на фоне психологических переживаний, такие дети вырастают робкими, неуверенными в себе, неспособными постоять за себя, либо агрессивными, конфликтными. У таких детей затруднена социальная адаптация, появляются трудности в межличностном общении.

В подростковом возрасте, при авторитарном стиле семейного воспитания, возможен бунт со стороны ребенка, уходы их дома, враждебное отношение к окружающим. Такие подростки часто занимают оппозиционное отношение к взрослым, демонстрируют протестные реакции.

Гипоопека (попустительский стиль)

При, таком стиле воспитания ребенок предоставлен сам себе, на него не обращают особого внимания. Воспитание строится на вседозволенности и низкой дисциплине. Для родителей с попустительским стилем воспитания характерна неспособность или нежелание руководить ребенком. При таком стиле семейного воспитания родители практически не осуществляют контроль за ребенком. Ребенок растет в ситуации безнадзорности и вседозволенности. Такие дети часто попадают в плохие компании, где и происходят первые пробы психоактивных веществ и правонарушения. Таким детям сложно разобраться, что такое хорошо и что, такое плохо. Привыкшие жить в ситуации бесконтрольности и вседозволенности, у таких детей отмечаются нарушения в поведении, что приводит к затруднению адаптации в социуме.

Гиперопека

При таком стиле семейного воспитания родители чрезмерно опекают ребенка, лишая его самостоятельности и тем самым замедляют личностное и интеллектуальное развитие. Даже во взрослом возрасте родители не признают взросление и продолжают опекать «взрослого ребенка». Такой ребенок лишен самостоятельности, не способен самостоятельно принимать решения, неуверен в себе, зависим от чужого мнения, тревожен. Такие дети всегда будут бояться сделать что то не так, ошибиться. При таком стиле семейного воспитания родители подавляют волю ребенка, его познавательную активность, инициативность. Воспитывают покорность, безволие, зависимость от чужого мнения. В подростковом возрасте ребенок захочет освободиться от чрезмерной опеки захочет иметь свое личное пространство. Здесь возможно проявление агрессии, обмана, как средство защиты от родительского контроля, что может привести к конфликтам и отчуждению.

Семейное воспитание по типу эмоционального отвержения.

Родители не принимают своего ребенка, демонстрируют безразличие к нему. Родители не интересуются духовным миром ребенка, его делами, избегают общения с ним. Родители живут своей жизнью – ребенок своей.

При, таком стиле ребенок чувствует себя одиноким, никому не нужным, не имеет семейной поддержки. У таких детей часто бывает сниженное настроение, пропадает желание общаться, возможно формирование агрессивного отношения к людям. У подростков могут появляться суицидальные мысли.

Непоследовательный тип семейного воспитания

Этот стиль характеризуется отсутствием последовательности в системе воспитания.

Отсутствуют четкие требования к ребенку, на почве разногласий между родителями в выборе дозволенного и не дозволенного для ребенка, в выборе воспитательных воздействий между родителями. Например – бабушка разрешает то, что в родительской семье делать нельзя, или папа разрешает делать то, что мама категорически запрещает.

Это нарушает социально-психологическую адаптацию ребенка. Ребенку сложно маневрировать между требованием родителей, что может способствовать возникновению невротических реакций у ребенка, агрессивности, импульсивности, неуверенности в себе и приводит к социально-психологической дезадаптации. При, таком стиле у ребенка отсутствует стабильность, уверенность в завтрашнем дне. Нет четких, конкретных ориентиров в оценках и поведении. Такой стиль семейного воспитания формирует неуправляемую, импульсивную, неуверенную в себе, тревожную личность.

Гармоничный стиль семейного воспитания, или демократический

Здесь учитываются интересы, способности ребенка. Воспитание построено на обсуждении, рекомендациях и учете желаний и потребностей ребенка. Родители поощряют любознательность, самостоятельность, осмысленное поведение ребенка. Помогают ему разобраться в вопросах,

которые его интересую. Отношения строятся на доверии и уважении к ребенку, на компромиссах и эмоциональном принятии своего ребенка, при этом родители последовательны в воспитании, требовательны в соблюдении дисциплины. Отношения между родителями и детьми строятся на проявлении теплых чувств, заботы и поддержки.

Ребенок вырастает ответственным за свои поступки, инициативным, умеющим рассуждать, с чувством собственного достоинства. Такие дети, как правило, хорошо учатся, имеют собственное мнение, независимы от оценок других людей. Семья дает детям хороший ресурс, дети знают, что родители всегда окажут помощь. При таком стиле семейного воспитания формируется адаптивная, гармоничная личность.

Уважаемые родители, определите, пожалуйста, какой стиль воспитания используете чаще вы в семье?

Родители отвечают по желанию.

Показ фрагмента из фильмов «Доживём до понедельника», «Авария, дочь мента», «Вам и не снилось», демонстрирующих стили общения между родителем и подростком.

Упражнение «Работа в парах»

Проиграть в парах роли и проанализировать, как возможно разыграть ситуацию, с использованием демократического стиля общения.

Ситуация 1. У вас стиль общения с ребёнком такой, что вы не терпите долгих пререканий, к тому же вы привыкли всё держать под контролем. Сегодня вы заставляете подростка навести порядок в своей комнате.

Ситуация 2. Ваш сын торопится на встречу с друзьями в кафе. Один из друзей зашёл и ждёт, пока он оденется. Сыну важно его мнение. Но вы продолжаете давать ему указания, что ему надеть и как себя вести.

Ситуация 3. Вы очень любите своего подросткового ребёнка. Вы привыкли заботиться о нём и очень тревожитесь за его здоровье и не позволяете ему никогда выходить без шапки на мороз. Любыми способами пытаетесь надеть на него шапку исключая наказания и грубость.

Ситуация 4. Вы заботливая альфа. У вас прекрасные отношения с ребёнком и вы ему позволяете выбирать достаточно часто, уважаете его мнение и выбор. Но оставляете за собой право заботиться о его здоровье и брать на себя ответственность за ребёнка.

Подведение итогов. Рефлексия

- Какие чувства вы испытали в ходе проигрывания ситуации?
- Что нового вы узнали о себе, своих взаимоотношений с ребенком?
- Из чего складывается авторитет родителя?

Занятие 4. Агрессия – что с ней делать!?

Форма проведения: родительский педагогический тренинг.

Цель: профилактика детской агрессии, повышение компетенции родителей в ситуации реагирования на агрессивное поведение ребенка.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, мяч, презентация, мультимедийное оборудование, психологическая платформа «Портрет в полный рост».

Приветствие участников.

Упражнение «Закончи предложение»

Добрый вечер, уважаемые родители! Предлагаем начать нашу встречу. Закончите предложение «В последнее время я заметила, что наши взаимоотношения с ребёнком...»

Психологическое «размораживание». Разминка

Участники стоят в кругу. Психолог предлагает, передавая мяч, представиться и сказать каким он был в детстве.

Психолог: Сегодня предлагаю поговорить об агрессии – актуальная проблема, с которой сталкивается каждый из нас. Вы можете сами сказать: где и когда? (на улице, в транспорте, на экранах TV и т.д.)

Что такое агрессия?

Агрессия – это способ выражения гнева, протеста. В основе лежат: боль, унижение, обида, страх, которые возникают от неудовлетворения человеческой потребности в любви и нужности другому человеку.

Агрессивное поведение у детей - это своеобразный сигнал SOS, крик о помощи, о внимании к своему внутреннему миру, в котором накопилось слишком много разрушительных эмоций, с которыми ребёнок справиться не в силах. В обычном понимании агрессия - это реакция на срыв какой-то деятельности, планов, на ограничения, запреты или неожиданные трудности. В любом случае, цель такого поведения - устранение перечисленных препятствий. И наиболее частой причиной беспокойства родителей за поведение своих чад и обращения к специалистам является как раз детская агрессия. Если вдуматься, то агрессивные дети невольно попадают в замкнутый круг. Как показали многочисленные исследования причина такого их поведения - всегда недостаток внимания и понимания со стороны взрослых. Но своим поведением маленькие агрессоры только еще больше отталкивают от себя окружающих, а их неприязнь лишь усиливает протестное поведение ребенка. Ведь именно враждебное неодобрение окружающих, а вовсе не внутренние трудности в большинстве случаев провоцирует ребенка, возбуждая в нем чувство гнева и страха. На самом деле то поведение, которое мы называем, как асоциальное, является отчаянной попыткой маленького человека восстановить социальные связи. Ведь, как правило, до вспышки явной агрессии ребенок выражает свою потребность в более мягкой форме, но мы, взрослые, не видим, не слышим и не понимаем этого.

Разбор ситуации на примере: представьте себе ситуацию, 200 лет назад, деревня, хозяйка готовит ужин. Приходит её четырёхлетний сын и начинает

канючить: «Хочу сла-де-нь-ко-го! Дайте мёду! Дайте! Хочу! А у матери ужин не готов, свиньи не кормлены, корова не доена и времени на то, чтобы сказать «нет», а потом держать ребёнка в своих руках, чтобы он выплакался и смирился, нет и быть не может. И мать, как до неё делали поколения женщин в её культуре, решает слегка ускорить процесс. Ребёнок получает по попе, плачет от невозможности изменить ситуацию и в итоге смиряется. Три-четыре повторения такой ситуации – нытья, шлепка и слёз тщетности, и ребёнок понимает, что он вообще-то может прекрасно обойтись и без сладкого перед ужином, нет ни какой угрозы к существованию. Так рождается психологическая адаптированность. Шлепки служили не для установления дисциплины, а именно для того чтобы облегчить ребёнку процесс перехода от злости к слезам.

Прежде чем начать пропагандировать шлепки, вспомните, в какой культурной среде рос вышеописанный ребёнок. Он с рождения знал всех, кто о нём заботится, постоянно жил на одном месте, в семье из трёх-четырёх поколений. Рядом всегда был взрослый (бабушка, тётя), в руках которого можно было найти утешение. Проблем с привязанностью к родителям у ребёнка не было, потому что весь культурный уклад способствовал её укреплению. Дети растут в постоянно изменяющемся мире. У современных детей нет возможности ни к кому и ни к чему толком привязаться, в силу различных обстоятельств (частые переезды, оставляем ребёнка с подругой, в садике, потом к бабушке и т.д.)

Упражнение с использованием психологической платформы «Портрет в полный рост» (авторы: Е.А. Мухаматулина, Т.О. Ушакова)

Родители составляют фоторобота агрессивного ребенка, записывают, какие эмоции испытывает агрессивный ребёнок, какие действия предпринимает (работа в группах или в парах, в зависимости от численности родителей). Далее, каждая из групп (пар), представляет получившийся портрет.

Психолог на доске выписывает ключевые слова: обзывается, дерется, грубит, мстит, сердится и отказывается сделать что либо, специально раздражает людей, эмоционально неустойчив, обвиняет других в своих ошибках, имеет низкий уровень эмпатии.

Причины и виды агрессии.

Существуют следующие виды агрессивного поведения: физическая, вербальная и эмоциональная (в виде эпизодических вспышек). Инструментальная агрессия проявляется человеком для достижения определённой цели. Она очень выражается у маленьких детей (я хочу забрать игрушку, предмет и т.д.). У старших, т.е. у наших с вами детей, больше проявляется враждебная агрессия, направленная на то, чтобы причинить человеку боль. Очень часто агрессию, её проявление, путают с настойчивостью, напористостью.

- Как вы считаете, эти качества равнозначны?

- Что вас больше обрадует в вашем ребёнке: настойчивость или агрессивность?

Безусловно, настойчивость. Это качество в сравнении с агрессивностью имеет социально приемлемые формы, т.к. не допускает оскорбления, издевательства и т.д.

Работа в группах (или парах)

Психолог предлагает родителям поработать в группах (или парах).

Первая группа выявляет причины проявления агрессивного поведения у детей.

Вторая группа вырабатывает рекомендации, советы по профилактике агрессивного поведения у детей. Представитель каждой группы зачитывает возможные варианты ответов.

После озвучивания всех вариантов родителей, психолог добавляет и комментирует полученный материал.

Причины:

1. Заболевание центральной нервной системы.

2. Агрессивность как средство психологической защиты (самая распространенная). Это чаще холерики и сангвиники - дети с сильным типом НС.

3. Различные нарушения семейного воспитания.

Алкоголизм родителей.

Разрушение эмоциональных связей в семье как между родителями и ребенком, так и между самими родителями (частые скандалы в семье).

Неуважение к личности ребенка.

Некорректная и нетактичная критика ребенка, оскорбительные и унижительные замечания. Неуважение к личности ребенка и пренебрежение, высказанное публично, порождает в нем глубокие и серьезные комплексы, вызывает неуверенность в себе и свои силы.

Чрезмерный контроль или полное отсутствие его. (Чаще у жестких, властных родителей).

Избыток или недостаток внимания со стороны родителей.

4. Нарушенная исследовательская активность ребенка. Чаще встречается у детей с нарушением развития эмоциональной сферы - они не могут оценить эмоциональные последствия своей активности (ткнул собаку ногой и отбежал - что будет?).

5. Случаи, когда за агрессивность принимают что-то другое. Например, детское упрямство - «не хочу», «не буду», «я сам» и др.

6. Запрет на физическую активность. Энергия ребенка обязательно должна находить выход, иначе накопившийся переизбыток энергии перейдет в агрессию.

7. Отказ в праве на личную свободу.

8. Подсознательное ожидание страха. Недостаточная защищенность матери во время беременности, переживание трагедии, горя в семье, частая и длительная госпитализация ребенка. В результате у детей вырабатывается комплекс страхов - боязнь остаться один, врачей, испытание боли и др.

9. Эмоциональная нестабильность, колебания эмоций. Настроения ребенка могут меняться под влиянием усталости или плохого самочувствия. Негативные эмоции считаются в семье недопустимыми, их всячески подавляют.

10. Неуверенность в собственной безопасности в семье, где частые ссоры. Личный отрицательный опыт (дома отец бьет, это стиль жизни).

11. Недовольство собой.

12. Повышенная раздражительность.

13. Чувство вины.

Советы по профилактике агрессивного поведения

1. Необходимо быть последовательными в своих действиях по отношению к детям.

2. Требования, предъявляемые детям, должны быть разумны, а на их выполнении надо настаивать, ясно давая детям понять, чего от них ждут.

3. Следует избегать неоправданного применения силы и угроз для контроля поведения детей.

4. Помочь ребенку научиться владеть собой, развивать у него чувство контроля.

5. Дать понять ребенку, что агрессивное поведение никогда не принесет выгоды.

6. Научите ребенка говорить о своих переживаниях, называть вещи своими именами: «я разозлился», «я обиделся», «я расстроился».

7. Не обзывать ребенка глупым, тупым и т.д. — он будет так же вести себя с другими детьми.

8. Чем больше будет агрессии с вашей стороны, тем больше враждебности зародится в душе ребенка.

9. Иногда ребенку нужно просто понимание, и одно лишь ласковое слово способно снять его озлобление.

10. Обратить особое внимание на игры ребенка. В играх дети осуществляют свои мечты, фантазии и страхи;

11. Обсуждать с ребенком, на кого он хочет быть похож, какие качества характера его привлекают, а какие отталкивают;

12. Следить за тем, какой пример вы подаете ребенку. Если ребенок судит других людей, награждает их «ярлыками», возможно, он повторяет ваши слова;

13. Быть готовым внимательно выслушать ребенка, если он хочет рассказать вам свой сон. Во сне дети часто видят то, чего им не хватает в жизни. Особое внимание обращайте на повторяющиеся сюжеты сновидений;

14. Поощрять ребенка говорить о том, что его волнует, что он переживает; научить ребенка прямо говорить о своих чувствах, о том, что ему нравится, а что нет.

Подведение итогов. Рефлексия.

Закончите, пожалуйста, предложение:

Я узнал, что...

Новым для меня стало то, что ...

Я убедился, что ...

Подходит к концу наша очередная встреча. Хочется, чтобы она оказалась для вас полезной, вызвала раздумья, желание построить взаимоотношения в своей семье по-новому.

Занятие 5. Как найти путь к бесконфликтной дисциплине.

Правила о правилах

Форма проведения: практическое занятие.

Цель: обучить родителей способам конструктивного разрешения проблемных ситуаций или конструктивного реагирования на них.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, презентация, мультимедийное оборудование, листы бумаги по количеству групп формата А-4.

Приветствие участников

Упражнение «Закончи предложение»

Добрый вечер, уважаемые родители! Закончите предложение «Когда меня воспитывали мои родители, то ...»

Актуализация темы

Родителям предлагается ответить на ряд вопросов. Можно провести опрос в форме мозгового штурма.

- Дайте ассоциации к слову «конфликт»
- Дайте ассоциации на слово «границы»
- Для чего необходимы границы?
- Продолжите, пожалуйста, предложение: «Нормы – это...».

Обсуждение предложенных понятий.

Родители самые первые, кто показывает на собственном примере нормы и границы дозволенного.

Границы могут быть более жесткими («нет, нельзя, ни при каких условиях») или более гибкими (в этой ситуации можно, а в другой - уже нежелательно) и зависеть от конкретной ситуации. Отсутствие границ в жизни ребёнка, лишает его уверенности и безопасности, провоцирует конфликтные отношения не только в семье и в социуме тоже.

Для чего нужны границы?

- Ребенок познает себя и учиться понимать других.
- У ребенка формируется умение управлять собой.
- У ребенка формируется уверенность в себе, в собственных возможностях.
- Выстраиваются здоровые отношения с родителями.

Работа в группах

Инструкция: Ваша задача разделить лист бумаги на четыре зоны. Обозначаем их цветом: зеленая, желтая, оранжевая, красная.

В зеленую зону записываем то, что ребенок может делать по собственному разумению или желанию.

Желтая зона включает те действия, в которых ребенку предоставляется относительная свобода.

Оранжевая зона касается событий в жизни ребенка, когда он оказывается в стрессовой ситуации, связанной с переездом, болезнью или смертью кого-то из близких. Здесь имеет значение, что разрешение на действия и поведение ребенка оправдано только исключительными обстоятельствами.

Красная зона включает в себя действия, которые не являются приемлемыми никогда и ни при каких обстоятельствах. Здесь не может быть никаких исключений из правил.

Каждая группа родителей выполняет задание, ориентируясь на определённую возрастную категорию детей: 7-10 лет; 11-13 лет; 14-16 лет.

После групповой работы, проводится обсуждение: как из запретов сделать правило.

Вывод: мало поставить запреты, необходимо их аргументированно донести до ребёнка, а это не всегда получается. Этому будем учиться.

Упражнение «Я - сообщение» (техника конструктивных сообщений)

Есть два вида утверждений, которые можно использовать во время конфликтной ситуации. Одним из наиболее эффективных средств выражения своих эмоций, есть понимания своих чувств и способность об этом сказать своему партнеру (ребенку). Такой способ называется «Я-утверждение». Такое утверждение улучшает взаимоотношения, напротив «Ты-утверждение» подрывают их и ведут к углублению конфликта. Используя «Я-утверждение» мы концентрируем свое внимание на том, что мы сами думаем или чувствуем в конфликтной ситуации, при этом мы не предъявляем обвинения и не осуждаем других людей.

Обычно нас раздражает, а порой и просто выводит из себя, когда другой человек говорит нам фразы типа: «Ты должен...», «Это твоя обязанность...», «С тобой невозможно разговаривать...», «Ты безответственный человек» и т.п.

Например:

№	«Ты-утверждения»	«Я-утверждения»
1	Ты не должна была ходить на ту вечеринку	Я бы предпочел, чтобы ты не ходила на вечеринку
2	Ты должна была предвидеть возможные трудности	Мне хотелось, чтоб ты предвидела возможные трудности
3	Ты – упрямый осёл	Я не смог убедить тебя

Я-высказывание – это культурный, этичный способ выражения нашего отношения к какой-либо ситуации. Он очень полезен, когда необходимо настоятельно выразить ваше мнение. Чтобы этот способ начал «работать» на практике, требуется сознательная установка на обучение и тренировку, пока он не станет подсознательным навыком.

Я-высказывание передает другому человеку ваше отношение к определенному предмету без обвинений и без требований, чтобы этот другой человек изменил свое отношение. Этот способ помогает удерживать свою позицию, не превращая другого человека в вашего противника.

Схема «Я» - высказывания:

1. СОБЫТИЕ - «Когда ...» (описание нежелательной ситуации).
«Когда на моем столе оставлены бумаги...» «Когда на меня повышают голос...»
2. НАША РЕАКЦИЯ - «Я чувствую...» (описание ваших чувств).
«Когда вы..., я чувствую себя рассерженным (забитым, беспомощным, виноватым)» Или, лучше «Когда на меня...», «Когда мне...»
3. ПРЕДПОЧИТАЕМЫЙ МЕТОД – «М не хотелось бы, чтобы...»
(описание желательного варианта).
«Мне бы хотелось получить помощь при мойке посуды»

Я - сообщения снижают эмоциональный накал информации, позволяют лучше выражать смысл того, что мы желаем сказать. Ты сообщения – это жесткое выражение претензии, в котором за эмоциональным всплеском

теряется смысл сказанного. Неэтичные «Ты – сообщения» по своей сути все одинаковы. В них выражается одна потребность – нанесение психологического удара, наказание, оскорбление.

Родителям предлагают переформулировать фразу с «ты-утверждения» на «я-утверждения».

№	«Ты-утверждения»	«Я-утверждения»
1	Он должен заботиться обо мне	Мне хочется, чтобы он заботился обо мне
2	Ты не должна была ходить на ту вечеринку	Я бы предпочел, чтобы ты не ходила на вечеринку
3	Ты ни разу в жизни для меня ничего не сделала!	Мне не хватает внимания и заботы с твоей стороны
4	Ты должна была предвидеть возможные трудности	Мне хотелось, чтоб ты предвидела возможные трудности
5	Меня обидели!	Я предпочла обидеться
6	Меня заставили	Я не сумела отказаться
8	Он – упрямый осёл	Я не смог убедить его
9	Он меня унизил	Мне было неприятно
10	Прекрати меня злить!	Я начинаю злиться
11	Ты должна мне дать программу, книгу	Мне хотелось бы, чтоб ты дала мне программу, книгу

Рефлексия

Закончите пожалуйста фразу:

- Сегодня я осознал, что....
- Я, как родитель, успешен потому что....

Занятие 6. Формирование у детей ответственности

Форма проведения: практическое занятие с элементами тренинга.

Цель: овладение способами профилактики негативных проявлений в поведении детей и подростков.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, презентация, мультимедийное оборудование, листы бумаги по количеству групп формата А-4.

Приветствие участников.

Упражнение «Закончи предложение»

Здравствуйте, уважаемые родители! Предлагаем начать нашу встречу. Закончите предложение «Ответственность для меня это...»

Упражнение «Этажи»

Участникам предлагают представить, что они сейчас находятся перед большим современным супермаркетом. В нем три этажа:

- на первом этаже продаются товары с заведомым браком, низкого качества;
- на втором этаже – обычные товары средней цены и качества;
- на третьем этаже продаются самые лучшие, качественные, шикарные вещи.

Вопрос: на каком этаже вы бы хотели приобретать товар?

Когда в семье появляется ребенок, мы всегда хотим, чтобы он соответствовал «третьему этажу» - был умным, ответственным, успешным и т.д..... Может быть, воплотил наши несбывшиеся мечты. Но, к сожалению, так в жизни не бывает. Каждый ребенок уникален. В нем есть чуть-чуть от первого, второго, третьего этажей. И ваш ребенок не исключение, вы убедились в этом. В нем есть то, что вам нравится и то, чтобы вы хотели бы изменить.

Часто родители ждут от своего ребенка ответственного поведения, ответственного отношения к делу (учебе). Как научить ребенка быть ответственным (согласно его возрасту)?

Упражнение «Мозговой штурм»

Разделите лист бумаги на две половины, первую подпишите «ответственность родителя», а вторую половину «ответственность ребёнка». Укажите возраст ребёнка. Напишите, пожалуйста, кто и за что несёт ответственность.

Примерные ответы родителей про ответственность детей:

За что могут нести ответственность дети школьного возраста от 6 до 9 лет:

Какую причёску носить.

Как потратить карманные деньги.

Когда готовить домашнее задание.

Как провести время (после выполнения основных обязанностей, таких как домашние задания).

В какой секции или кружке заниматься.

За покупку хлебобулочных изделий.

Вынос мусора

За что могут нести ответственность подростки в 10-12 лет:

Все вышеперечисленное, плюс: Самостоятельный уход за собой: ногти, волосы, тело.

Выбирать маршруты и компанию для прогулок (в допустимых пределах).

Оставаться одним дома.

За что могут нести ответственность подростки в 13-15 лет:

Выбирать часы подъёма (с условием, что все нужно успеть).

Стирать белье самостоятельно.

Временные изменения во внешнем виде.

Ездить на автобусе.

Ходить в кино и на другие мероприятия, где нужно расплачиваться, с друзьями.

Подрабатывать не в ущерб обучению.

Контролировать свой бюджет.

Как вы думаете, какие должны быть созданы условия в семье, чтобы у ребёнка формировалась ответственность? Ответы родителей.

Беседа «Формирование ответственности у детей»

Условия воспитания ответственности:

Учим убирать за собой.

Учим выполнять общественно-полезный труд в рамках семьи.

Поощряем проявлять самостоятельность и помощь по дому.

Исключаем критику.

Создаём психологические и бытовые необходимые условия.

Поощряем.

Учим составлять график.

Показываем собственным примером.

Учитываем возраст ребёнка.

Условия передачи ребенку ответственности за решение проблем, непосредственно затрагивающих его жизнь:

1. Спокойная обстановка. Готовность к диалогу с обеих сторон.

2. Не заниматься попутно каким-либо другим делом.

3. Заранее подготовить высказывание.

4. Исключить из него оценки («плохо себя ведешь, «лентяй») и

обобщения

(«никогда», «всегда», «вечно»).

5. Говорить о конкретных действиях.

6. Говорить о своих чувствах, мыслях, желаниях, чаще используя «я», чем «ты».

7. Заверить ребенка в своем дружеском участии в его делах.

8. Не превращать все в нудную, долгую нотацию.

9. Следить за реакцией ребенка.

10. Завершить дружеским физическим контактом (обнять, поцеловать, похлопать по плечу и т.п.).

Просмотр видеофрагмента из фильма «Мужики», как образец воспитания ответственности у детей.

Обсуждение

Рефлексия

Что было наиболее полезным и интересным на встрече?

На какие вопросы вы получили сегодня ответы?

Какие вопросы остались неразрешенными?

Над какой проблемой хотели бы дополнительно поработать?

Занятие 7. Помощь родителей, какой она должна быть?

Форма проведения: практическое занятие.

Цель: обучение родителей способам поддержки детей в учебной деятельности.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, презентация, мультимедийное оборудование, листы бумаги по количеству формата А-4, ручки.

Приветствие участников

Упражнение «Закончи предложение»

Рада приветствовать Вас, уважаемые родители! Закончите пожалуйста предложение «Представляете, когда я шла (шел) на нашу встречу, я ...»

Друзья, вы уже знаете, приемы конструктивного общения с ребёнком, как выстраивать границы, определять зоны ответственности. Сегодня мы с вами обсудим еще один очень важный вопрос: в чём заключается помощь родителей ребёнку в учебной деятельности.

Упражнение «Когда я был...»

Каждый по очереди продолжит фразу:

- Когда я был(а) учеником(-цей), мне больше всего нравилось (я больше всего любил)...

Ответы родителей.

Как ваши родители помогали вам? Как у вас получается быть родителем?

Упражнение «Успешный родитель – это...»

Никто и нигде (ни в школе, ни в вузе) нас не учит тому, как быть успешным родителем. Однако многие хотят быть самыми лучшими родителями. Каким должен быть хороший, успешный во всех смыслах этого слова родитель? Давайте мы с вами составим образ успешного родителя. Какой он, каким должен быть?

Родители выполняют упражнение на игровой платформе «Портрет в полный рост», записывая качества родителя.

(Ответственным, целенаправленным, увлеченным, заинтересованным в развитии своего ребенка, заботливыми, любящими, понимающими, ласковыми и т. д.).

Обсуждение.

Уважаемые родители, как вы думаете, можно ли соответствовать всем перечисленным качествам? Всегда ли у нас, родителей, получается, быть ответственными и увлеченными? Понимающими и ласковыми? В ваших силах быть успешным родителем?

Давайте убедимся, что мы можем слышать и понимать другого?

Упражнение «Снежинка»

Перед вами лист бумаги, с закрытыми глазами сложите его пополам и оторвите правый верхний угол. Затем сложите ещё раз вдвое и оторвите правый верхний угол. Далее сделайте всё то же самое ещё раз. Откройте глаза, разверните лист бумаги и сравните есть ли одинаковые полученные узоры.

Инструкция была для всех одинаковая?

Почему у всех разные получились «снежинки»?

От чего это зависит?

Так же и дети слышат инструкции (требования) в школе от учителей, от родителей одинаковые, но выполняют все по-разному.

Напишите, пожалуйста, на листах, те качества характера, которые свойственны вашему ребёнку (от 5 и более качеств).

Беседа: особенности детей

Психолог дает краткие характеристики акцентуаций характера подростков и стратегии поведения с ним:

- Гипертимные
- Демонстративный
- Застревающий
- Эмотивный
- Циклотимический
- Тревожный
- Педантичный

Раздаточный материал перед глазами родителей. Определите, пожалуйста, какая акцентуация характера преобладает у вашего ребёнка?

Рефлексия:

- Соответствуют ли стратегии общения с вашим ребенком, которые выбираете вы рекомендациям специалистов? Или у вас своя тактика общения с ребенком? Какие методы вы считаете конструктивными?

Каждый ребёнок индивидуален, к каждому необходим индивидуальный подход.

Рефлексия.

Что нового вы узнали на сегодняшней встрече?

Какими рекомендациями будете пользоваться?

Занятие 8. Досуг семьи как средство укрепления семейных отношений

Форма проведения: практическое занятие с элементами тренинга совместное родителей с детьми.

Цель: эмоционально-психологическое сближение участников за счет совместной деятельности.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, столы, лоскутки ткани, нитки, колокольчик, вата или синтепон, тесьма, релаксационная музыка.

Представление участников встречи

В парах ребёнок +родителей, вначале ребёнок представляет с кем он пришёл на встречу и произносит 2 прилагательных, которые характеризуют его родителей. Затем родитель представляет ребёнка, также давая ему характеристику (2 прилагательных).

Упражнение «Узнай по рукам»

Участники становятся в шеренгу. Им предлагается снять с рук кольца, браслеты, кроме одного ребёнка, у которого завязаны глаза. Ведущий расставляет участников так, чтобы он не знал, кто и где стоит. Задача участника: в полной тишине, только касаясь рук стоящих напротив людей, узнать собственного родителя и только затем снять повязку с глаз. И так процедуру проходит каждый из присутствующих детей. Затем родители по очереди надевают маску и ищут по рукам собственного ребёнка.

Рефлексия упражнения

Родителю: Что чувствовали, когда ваш ребёнок вас искал?

Ребенку: Было ли страшно ошибиться в выборе?

Что чувствовали, когда с закрытыми глазами касались рук (или к вам прикасались руки детей)?

Сегодняшняя встреча посвящена семейным традициям, ритуалам.

В вашей семье, конечно, есть традиции. Какие? Кто хочет поделиться? (говорят участники)

Уверена, что многим ребятам нравится что-то мастерить с родителями. Девочкам может быть вышивать, вязать, готовить еду и т. д. Мальчикам конструировать, собирать, ремонтировать.

Сегодня мы тоже будем вместе мастерить, а что? Я сейчас расскажу.

История куклы «Колокольчик»

Предполагается, что происхождение оберега связано с валдайской историей. Существует версия, что он впервые появился в XV веке. В городе Валдай отливали колокола, которые обладали мощной целительной силой и изгоняли злых духов. Именно с колоколами и связано название куколки.

Внешне она также напоминает колокольчик. Именно такая форма придает оберегу настолько мощную силу – помогает отпугивать всякую нечисть. Нижнюю часть колокола называют юбочкой, так как она похожа на сарафан. Одежку куколки делают из трех юбок, которые по форме напоминают конус и формируют так называемый колокольчик.

Также существует легенда, что появление такого оберега произошло в период правления Ивана Грозного. Однажды он решил перевезти большой колокол из Нижнего Новгорода в столицу. Но во время перевозки изделие раскололось. Это было символом того, что колокол не будет издавать звон по указу государя.

Валдайские мастера собрали осколки колокола, а после отлили из них колокольчики небольшого размера. Их использовали ямщики, подвешивая под упряжкой. Эти колокольчики олицетворяли духовную силу, которая не подвластна ни одному царю. В дальнейшем начали изготавливать куколки, которые стали образами колокольчиков. Однако есть мнение, что такой оберег может иметь более древние корни, так как на Руси отливали колокола еще до принятия христианства.

Изготовление куклы

Изготовить куклу «Колокольчик» можно своими руками. Что мы сейчас и будем делать. Такой оберег станет отличной защитой для жилища, будет привлекать в дом удачу и счастье.

Когда кукла готова, родителям и ребенку предлагают придумать и рассказать совместную историю о кукле.

- Какая она по характеру.
- Как она появилась.
- В чём заключается её индивидуальность.
- Какую роль она выполняет в доме.

Рефлексия

Завершите, пожалуйста, любые из этих предложений так, как считаете нужным.

- На этой встрече я ...
- Больше всего мне запомнилось...
- Мне не очень понравилось, что на занятии ...
- Думаю, что после тренинга изменится ...

Занятие 9. Взгляд на мир с разных сторон

Форма проведения: практическое занятие совместное с детьми.

Цель: гармонизация детско-родительских отношений методом арт-терапии.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, столы, кисти, краски, стёкла, салфетки влажные, стаканчики-непроливайки, релаксационная музыка.

Приветствие участников

Приветствую всех присутствующих на нашей очередной встрече. Предлагаю вам, уважаемые родители назвать имя ребёнка и одно прилагательное, наиболее характеризующее вашего ребёнка (родители выполняют инструкцию). А теперь дети называют с кем они пришли и так же прилагательное.

Расскажите, пожалуйста, о своих ожиданиях и чувствах, при выполнении этого задания (ответы родителей и детей).

Упражнение «Пойми меня без слов»

Представьте себе ситуацию, что вы оказались за границей, вы все из разных стран и вам нужно объясниться с иностранцами, не зная их языка – как вы это сделаете? Ответ: при помощи жестов.

Каждому участнику (вначале родителю) предлагается карточка, на которой написан предмет. Об этом предмете родитель должен рассказать без слов своему ребёнку. Он в свою очередь должен догадаться, что за предмет загадан. Затем дети вытягивают карточки и невербально объясняют загаданный предмет родителю.

В этом упражнении очень важно соблюдать правило - говорить запрещается, нельзя произносить ни звука.

Рефлексия

- Какие трудности вы испытали, общаясь друг с другом без слов?
- Что удивило или заинтересовало, в процессе выполнения упражнения?

Упражнение «Два мира»

Родителю и ребёнку предлагается самостоятельно выбрать тему рисунка и нарисовать каждому свою картину на своей стороне стекла, не заглядывая на рисунок другого. Выполнить это задание молча. Пока участники работают, звучит релаксационная музыкальная композиция.

После того, как рисунок закончен, родитель и ребенок могут рассмотреть рисунки друг друга. Далее следует обсуждение:

- Как выбрали данную тему рисунка?
- Как решили, кто будет держать стекло?
- Что было для вас необычным в рисунке ребенка (мамы)?
- Что вас удивило?
- Что вам мешало в работе?
- Что помогало?

Участникам предлагается, уже используя речь, договориться и завершить рисунки так, чтобы было полное удовлетворение от проделанной работы (по желанию).

Рефлексия занятия

Инструкция: Завершите, пожалуйста, любые из этих предложений так, как считаете нужным.

На этой встрече я ...

Больше всего мне запомнилось...

Мне не очень понравилось, что на занятии ...

Думаю, что после тренинга изменится ...

Занятие 10. Личностные ресурсы родителей

Форма проведения: практическое занятие.

Цель: снятие напряжения, повышение психологических ресурсов родителей, приемы отреагирования негативных эмоций.

Оборудование: помещение, стулья по числу участников, столы, кисти, краски, салфетки влажные, стаканчики-непроливайки, релаксационная музыка, бумага формата А-4, небольшие ёмкости с водой.

Приветствие участников

Здравствуйте, уважаемые родители. Сегодня я предлагаю Вашему вниманию практическое занятие по рисованию, для снятия напряжения, с использованием нетрадиционных техник рисования. Для начала, предлагаю провести разминку.

Упражнение «Имя-движение»

Первый участник называет свое имя и производит любое движение. Второй участник повторяет имя и движение предыдущего и называет свое имя, производя новое движение и т.д. по принципу «Снежный ком».

Упражнение «Воздушный замок»

За всю свою жизнь человек покоряет множество символических вершин и строит воздушные замки. Иногда полезно задуматься, а где ты сейчас, на пути к какой вершине, чтобы скорректировать дальнейшие свои действия и покорить новую высоту. Вам предстоит построить самую высокую башню из газет, которая должна простоять не менее 1 минуты.

До недавних пор считалось, что можно рисовать только на сухой бумаге. Но существует ряд предметов, сюжетов, образов, которые лучше рисовать не только на сухом листе, но и использовать свойства мокрой бумаги. Вообще арт-терапевтические техники психологически безопасны, эффективны, не требуют специальных художественных навыков и могут быть использованы в работе от дошкольного возраста и без ограничений.

Сегодня мы будем использовать рисование «не той рукой», при котором раскрываются новые чувства, раздвигаются границы умений, человек становится более спонтанным, высока вероятность проявления скрытых страхов и переживаний или, наоборот, появления светлых и беззаботных образов.

Упражнение «Мокрая бумага»

Нарисуйте на листе бумаги предмет, ассоциативный рисунок связанный с тревожащим вас вопросом или проблемой, которая касается вашего ребёнка. Рассмотрите получившийся рисунок.

Кто может поделиться своими мыслями? (комментарии родителей по желанию). Сомните, скомкайте как можно сильнее ваш рисунок. Расправьте лист бумаги. Изменились ли ваши чувства, эмоции, смотря на смятый рисунок? (ответы родителей). Скомкайте ещё раз и погрузите ком в ёмкость с водой. Хорошо намочите его, вытащите и отожмите, расправьте и рассмотрите рисунок. Как сейчас вы воспринимаете свою проблему? У вас есть возможность изменить её так, чтобы она вызывала у вас нейтральные или положительные эмоции.

Рефлексия упражнения: работа с чувствами

- Какие чувства испытывали, когда приступили к работе?

- Как менялось ваше восприятие сути проблемы?
- На каком этапе приятнее всего было делать рисунок?
- Есть ли тот, кому до сих пор хочется переделать, доделать, перерисовать вообще?
- Как сейчас воспринимается вами ситуация?

Обратная связь по итогам курса занятий

Наши встречи подошли к концу. Поделитесь своими чувствами, мыслями. Что нового узнали о себе и своем ребенке? Что могли бы пожелать участникам наших встреч? Заполните, пожалуйста, анкеты обратной связи по итогам курса занятий (итоговое анкетирование родителей) (приложение 2).

Библиографический список

1. Евдокимова М. А. Программа организации психологической поддержки родителей в формировании родительской компетентности // Сибирский педагогический журнал. 2018. N 4
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Как справляться с раздражением на ребенка / Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=4t7weuVrbuU> (дата обращения 04.10.2021г.)
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Что делать, чтобы ребенок слушался родителей? / Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=KtTceLgKlvU&list=UUBhdTiQfCsw9-utunxLjlig> (дата обращения 04.10.2021г.)
4. Книжникова С.В. Методики девиантологического анализа медиатекста / Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/mediaproduktsiya-i-risk-deviantnogo-povedeniya-u-detey-i-molodezhi> (дата обращения 12.09.2021г.)
5. Коваленко Т.В. Родительская компетенция как фактор современного содержания образования // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2015. N 4(48)
6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 24 августа 2015 г. N 07-2643 «О направлении Методических рекомендаций по организации курсов для родителей». – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71110188/> (дата обращения: 15.05.2021).
7. Сафонова Л.Ю. Методы интерактивного обучения. / Методические указания для преподавателей по применению интерактивных форм обучения. Великие Луки, 2015. – 86 с.
8. Селюкова М.А., Сиденко Е.А. Тренинг для родителей учащихся 5 классов «школа родительской компетентности. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/trening-dlya-roditeley-uchaschihsya-5-klassov-shkola-roditelskoy-kompetentnosti> (дата обращения: 15.09.2021).

9. Ушакова Т. Роботы. Метафорические карты для работы с детьми, подростками и родителями. – Режим доступа: <https://www.labyrinth.ru/books/507948/> (дата обращения: 20.09.2021 г.).

Электронные ресурсы

- Сайт: Развитие ребенка// Воспитание ребенка. – Режим доступа: <https://childdevelop.ru/articles/upbring/> (дата обращения: 25.10.2021)
- Сайт: Бесплатные консультации. Бесплатная поддержка родителей по наиболее актуальным проблемам детства, обучения, воспитания и социализации. – Режим доступа: <http://xn--90agdantikrte6ho.xn--p1ai/help> (дата обращения: 25.10.2021)

**Анкета
«Родители о воспитании детей»**

Инструкция:

Уважаемые родители! Пожалуйста, ответьте на несколько вопросов, предлагаемых ниже. Для заполнения анкеты выберете один из вариантов ответов.

Мы очень надеемся, что на основании ваших ответов мы могли бы оказать вам педагогическую поддержку в воспитании ваших детей.

1. В чем, на Ваш взгляд, главная задача школы?

- дать знания
- подготовить к жизни
- развить у детей творческие способности
- подготовить к поступлению в школу
- воспитать их нравственными людьми

2. Как вы считаете, кто оказывает большее воспитательное влияние на ребенка

- безусловно, семья
- в равной степени и семья, детский сад и школа
- детский сад, так как там ребенок проводит много времени
- детский сад и улица
- школа и интернет

3. Из каких источников вы получаете информацию о воспитании?

- СМИ (радио, ТВ, газеты, журналы, интернет)
- специальные книги по педагогике, психологии
- беседы с друзьями и знакомыми
- беседы с педагогами
- встречи со специалистами (психолог, логопед, дефектолог, врач)

4. Оказываете ли вы своему ребенку психологическую поддержку

- да
- иногда
- нет

5. Какие отношения у Вас в семье между родителями и детьми?

- ровные, спокойные
- требовательные, слово родителей – закон
- доверительные, дружеские

6. Какие методы воздействия на ребенка Вы используете чаще в воспитании?

- поощрение
- наказание
- личный пример

7. Какие проблемы воспитания детей являются для Вас наиболее острыми?

- непослушание детей
- проблема непонимания «Отцов и детей»

- интернет-зависимость детей
- отсутствие нравственных норм и ценностей у ребенка
- потребительское отношение детей к жизни
- конфликтные отношения детей со сверстниками
- отсутствие доверительных отношений с родителями
- проблемы полового воспитания
- как помочь ребенку раскрыть свои таланты
- помощь ребенку в профессиональном самоопределении (выбор профессии)

8. Сколько бы вы могли уделить времени для повышения своей психолого-педагогической компетентности, если для вас в нашей школе будут организованы специальные занятия?

- не более одного часа в неделю
- примерно пару часов в месяц
- трудно сказать

9. По каким вопросам вы бы хотели расширить свои знания? (можно отметить несколько тем)

- Законодательство сферы образования в РФ. Правовой статус ребенка и родителей (права и обязанности).
- Возрастные и психологические особенности детей.
- Стили семейного воспитания и типичные ошибки родителей.
- Как не допускать жестокого обращения с ребенком.
- Как преодолеть неуспеваемость детей.
- Родители и подростки. Путь к взаимопониманию.
- Как научиться разрешать конфликты.
- Интернет-зависимость и ее профилактика в семье.
- Профилактика «рискованного поведения» ребенка.
- Роль семьи в духовно-нравственном воспитании детей.
- Поощрение и наказание ребенка в семье.
- Как обеспечить эмоциональное благополучие ребенка.
- Влияние детско-родительских отношений на формирование личности ребенка.
- Как помочь ребенку выбрать профессию.
- Как обеспечить ребенку психологическую поддержку.
- Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья.

Ваш вариант _____

Спасибо за сотрудничество

Анкета

«Впечатление родителей, участников занятий»

Уважаемые родители (участники занятий)! Пожалуйста, ответьте на несколько вопросов, предлагаемых ниже. Для заполнения анкеты выберете один из вариантов ответов или напиши свой ответ.

Мы надеемся, что на основании ваших ответов мы сможем оценить результат нашей совместной деятельности и скорректировать программу встреч с родителями. Необходимо ответить на все вопросы. Ваше мнение очень важно для нас! Спасибо за участие в опросе!

1. Была ли полезна для Вас информация, которую вы получили во время наших встреч?

- Да, было много полезной информации.
- Нет, я не получил(а) никакой полезной информации.

2. Насколько важно для Вас было участие в «Школе для родителей»? Оцените по 5-балльной шкале: 5 баллов – очень полезно; 4 балла – полезно; 3 балла – иногда; 2 балла – мало полезного; 1 балл – ничего полезного.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. Узнали ли Вы что-то новое, участвуя во встречах? Если да, то укажите что именно.

- Да, я узнал(а) много нового. _____

- Нет, я всё уже знал(а) ранее.

4. Хотели бы Вы продолжить участие на следующий учебный год в «Школе для родителей»?

- Да, конечно.
- Возможно.
- Нет, не хочу.

5. Что больше всего Вам запомнилось? Напишите.

6. Если у Вас есть какие-либо пожелания, можете оставить их здесь.

Благодарим Вас за участие