

*Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия
№586 Василеостровского района Санкт-Петербурга*

СОГЛАСОВАНО

СПб АППО

Кафедра Психологии

Заведующий кафедры психологии

Д.пс.н. профессор Шингаев С.М.

_____ 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ
гимназии № 586

Зинченко Е.В.

_____ 2022 г.

**Программа семейного клуба
« Школа осознанного родительства »**

Автор-составитель:
педагог-психолог ГБОУ
гимназии №586
Денисова Л.Д

Санкт Петербург 2022

Пояснительная записка.

Актуальность.

В соответствии с Концепцией государственной семейной политики в Российской Федерации, приоритетами государственной семейной политики на современном этапе являются утверждение традиционных семейных ценностей и семейного образа жизни, сохранение традиций в семейных отношениях и семейном воспитании, создание условий для обеспечения семейного благополучия, ответственного родительства, повышения авторитета родителей в семье и обществе.

Залогом эффективного родительства и гармоничности стиля семейного воспитания является осознанность. Осознанное родительство предполагает высокую степень осознания отцом и матерью семейных ценностей, установок, ожиданий, позиций, чувств, родительского отношения и ответственности; понимания себя, своих реакций, мотивов родительского поведения, родительских мотивов, ценностей.

При этом практика семейного воспитания показывает, что родительство не всегда бывает «качественным», поскольку сами родители не имеют достаточных знаний о закономерностях воспитания и развития своих детей. Занятость родителей приводит к социальной изолированности ребенка от родителей, а родителей от детей.

Одним из важных условий является привлечение родителей, семьи к тому процессу, в котором ребенок проходит путь своего взросления в рамках учебной деятельности. Сегодня появляется все больше родителей, интересующихся вопросами воспитания, образования и развития детей. Они имеют возможность пополнять свои педагогические знания через многочисленные источники литературы и Интернет. Но в связи с чрезвычайно большим объемом и разрозненностью информации родителям необходима помощь специалистов в области педагогики и психологии. Поэтому становится очевидной необходимость разработки программы семейного клуба «Школа осознанного родительства».

Программа рассчитана на родителей учащихся начальной школы.

Результативность определяется - через анкетирование участников, обсуждение на заключительном занятии, индивидуальное консультирование.

Ожидаемые результаты.

Работа по программе повышения родительской компетентности позволит родителям создать благоприятный психологический климат в семье, выстроить доверительные детско-родительские отношения, снизить риск семейного неблагополучия. Форму работы клуба в рамках общеобразовательного учреждения, как групповую консультативную работу с родителями, можно считать более эффективной, чем индивидуальное консультирование.

1. Концептуальные компоненты структуры

Цель: Семейный клуб как форма развивающей, просветительской и профилактической работы с родителями.

Задачи:

- психолого-педагогическое просвещение родителей;
- повышение родительской компетентности родителей путем приобретения ими знаний о психологических особенностях детей разного возраста;
- обучение родителей навыкам социально-поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях с детьми;
- формирование родительских навыков, способствующих воспитанию гармоничной личности;
- принятие родителями осознанности как основы своей воспитательной роли.

Теоретические концепции

В Концепции государственной семейной политики в России на период до 2025 г., утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 25.08.2014(далее — Концепция), закреплено формирование позитивного образа отца и матери. Осознанное родительство, охрана семьи как ценности — основные задачи нашего государства. [3]

Проблема воспитания родительства в последнее время весьма актуальна и находит отражение в работах таких ученых как: И. С. Кон, В. Н. Дружинин, Г. Г. Филиппова, Р. В. Овчарова, В. Д. Москаленко, А. Бертин, Ф. Дальто, И. В. Добряков, Н. П. Коваленко, В. Серз, М. Серз, Н. А. Чичерина, и т.д. Родительство рассматривается как социальный феномен, поскольку каждый человек на протяжении всей жизни повторяет семейно-родительские циклы, модели поведения, благодаря которым формируется семейная межпоколенная преемственность.

Она позволяет осознать и овладеть родительскими функциями, заложить основы этических норм поведения будущего родителя. Родительство является суммой двух слагаемых - материнства и отцовства, и представляет собой сложное социальнопсихологическое явление, включающее совокупность ценностных ориентаций, совокупность взглядов, позиций, чувства ответственности. Ответственность упоминается в числе первых в ряду ассоциаций, вызываемых словом «родительство». Ответственность связана с определенной тревогой, беспокойством за судьбу ребенка, за его здоровье, за его душевное и духовное развитие. В исследованиях В. Д. Москаленко отмечается, что ответственный родитель способен формировать высокий уровень самоуважения в ребенке, любовь и принятие себя. Ответственные

родители учат своих детей собственным примером тому, что каждый человек достоин уважения. Ответственный родитель может иногда говорить ребенку «нет» и уважительно относиться к его «нет». Анализ исследований позволил определить понятие «ответственность родительства» как проявление терпения и уважительного отношения к ребенку, обеспечивающее развитие у него адекватной самооценки, самоуважения, чувство достоинства, уверенность и самостоятельность.

В научной литературе сравнительно недавно появилось понятие «воспитательный потенциал» семьи, который включает в себя много характеристик - тип, структуру, характер отношений, психологический климат, традиции, семейно-обрядовую культуру и многое другое.

Одно из важных направлений современной школы родительства - это обогащение «воспитательного потенциала» семьи, решение задач родительского всеобуча, приобщение к этике родительской культуры.

В связи с этим актуален вопрос о разных формах развивающей, просветительской и профилактической работы с родителями.

2. Содержательные компоненты

2.1. Основные блоки программы:

- Диагностический, диагностика отношений родителей и ребенка, стиля семейного воспитания;
- Информационный, популяризация знаний по развитию возрастному развитию, развитию эмоциональной сферы, особенностям семейного воспитания;
- Развивающий - формирование и закрепление эффективных навыков взаимоотношений.

2.2. Особенности проведения занятий родительского клуба.

Занятия проводятся в небольших группах, 10-15 человек.

Предполагается провести несколько занятий совместно, родители-дети.

Формы и методы занятий могут быть различными в зависимости от темы: лекция, беседа, ролевые игры, групповые дискуссия.

Результативность определяется - через анкетирование участников, обсуждение на заключительном занятии, индивидуальное консультирование.

2.3. Тематический план

№№	Тема	Теорет.	Прак.	Кол-во часов
1	Тема 1. Знакомство. Общая ориентация в проблемах родителей.	1	1	2
2	Тема 2. Врожденное и приобретенное. Возрастные особенности детей 7-10 лет.	1	1	2
3	Тема 3. «Ребенок ведет себя как может». Проблемы поведения .	1	1	2
4	Тема 4. Отношение к ребенку в семье.	1	1	2
5	Тема 5. Эмоциональная сфера, умение чувствовать.	1	1	2
6	Тема 6. «Учитесь властвовать собой».	1	1	2
7	Тема7.Самостоятельность, ответственность.	1	1	2
8	Тема 8. «Могу – хочу – надо,должен» родителя и ребенка. Установление границ.	1	1	2
9	Тема 9. Приобретение новых навыков взаимодействия с ребенком.	1	1	
10	Тема 10. Обсуждение опыта применения полученных навыков в повседневной жизни.	1	1	2
11	Тема11. Совместное занятие , родители, дети.	1	1	2
	<i>Всего</i>	22	22	44

2.4. **Структура и схема** подачи информации в родительском клубе отвечают универсальным психологическим правилам подачи информации и проведения групповых занятий.

- Ритуал приветствия: создание атмосферы доверия и принятия.
- Разминка: выполняет функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.
- Основная часть:
 1. Теоретическая часть – родители в доступной форме получают информацию по теме, задают вопросы, формулируют проблемы, активно участвуют в обсуждении.
 2. Практическая часть – предполагает реализацию приёмов, подходов, методов, способствующих разрешению обозначенных проблем.

3. Коммуникативная, интерактивная часть – подразумевает взаимодействие всех участников в различных ситуациях, направленных на решение задач программы, диагностика, обмен мнениями и опытом по предлагаемой проблеме.

- Рефлексия. Обратная связь – все участники клуба могут проанализировать полученную информацию и впечатления, поделиться своими мыслями и ощущениями.
- Ритуал прощания.

2.5. Содержание занятий.

Тема 1. Знакомство. Правила работы группы. Уточнение ожиданий от занятий, получение конкретных родительских запросов. Общая ориентация в проблемах родителей.

Обсуждение - что такое родительство, осознанный родитель. Зачем нужен родителям ребенок. Осознанное родительство – знание возрастных закономерностей развития потребностей ребенка, понимание особенностей своего ребенка, владение навыками поддержки ребенка в его умениях и достижениях, установление запретов, определения границ «можно-нельзя», вовремя передавать ответственность .

Упр. «Я хочу, чтобы он...»

Определяемся с участниками в основных понятиях, основных запросах.

Упр. «Хочу, могу, должен» как родитель.

Тема 2. Врожденное и приобретенное. Возрастные особенности. Потребности ребенка в разном возрасте.

Упр. «Мой ребенок в виде растения». Эта проективная методика интересна и эффективна с разных точек зрения. С ее помощью можно диагностировать стили воспитания, детско-родительские отношения. Ее так же удобно использовать при рассмотрении особенностей развития ребенка при взрослении, изменении его потребностей.

Тема 3. «Ребенок ведет себя как умеет сегодня». Почему дети ведут себя не так, как нам хочется. Причины «плохого» поведения.

На этом занятии уместно использовать ситуации, предложенные самими участниками.

Упр. «Скульптура и скульптор», как родители «лепят» своего ребенка. Работа в парах, обсуждение. Ребенок – это Другой, у которого могут быть свои особенности, способности, ресурсы.

Наглядное пособие – «Кувшин с Джином»

Тема 4. Типы родительских отношений. Стили воспитания в семье.

Информация о возможных стилях воспитания, эффективность. Диагностика родительских отношений, опросник.

Можно опираться на рисунок «Мой ребенок в виде растения».

Упр. «Моя семья в виде животных».

Упр. «Слепой и поводырь», обсуждение.

Тема 5. Эмоциональная сфера, умение чувствовать. Что такое эмоциональный интеллект, зачем нужны чувства.

Информация о формировании эмоциональной сферы ребенка, функции эмоций, связь потребностей с эмоциональным проявлением.

Упражнения, психогимнастика «Эмоциональные переходы».

Тема 6. «Учитесь властвовать собой». Эмоционально-волевое регулирование.

Информация о формировании психики ребенка, функций мозга, ответственных за эмоционально-волевое поведение, возможные нарушения.

Комфорт, дискомфорт, умение терпеть, как развивается воля ребенка. Как родитель узнает, что с волей ребенка все в порядке? Формирование внимания, сосредоточенности, самостоятельности, терпеливости, усилия и так далее, составляющие волевых процессов, как и когда формируются.

Упр. «Хочу кушать!!!! – требует ребенок», разные ситуации, до года, два года, пять лет, десять лет.

Тема 7. Самостоятельность, ответственность. Разделение ответственности между ребенком и родителем, школой.

Прохождение кризисов и формирование новообразований.

Умение передать ответственность ребенку вовремя.

Упр. «Родитель с рюкзаком»

Тема 8. «Знакомство» со своим ребенком, с его ресурсами. «Могу – хочу – надо» родителя и ребенка. Расширение возможности понимания своего ребенка. Установление границ.

Упр. «Любимые вещи моего ребенка».

Потребности родителя и ребенка – в чем различия, что общего.

Тема 9. Приобретение новых навыков взаимодействия с ребенком. Как дать поддержку ребенку, как хвалить, за что ругать, как быть твердым в своих родительских требованиях.

Упр. – можно использовать разные упражнения, по мере необходимости.

«Обзывалки».

«Коряги и туристы».

«Испорченный телефон».

«Копилка» – собираем опыт участников, хвалим, наказываем, даем поддержку, повышаем самооценку.

Тема 10. Обсуждение опыта применения полученных навыков в повседневной жизни.

Подведение итогов, анкетирование.

Осознанное родительство – знание возрастных закономерностей развития потребностей ребенка, понимание особенностей своего ребенка, владение навыками поддержки ребенка в его умениях и достижениях, установление запретов, определения границ «можно-нельзя», вовремя передавать ответственность.

Тема 11. Занятие проводится совместно с детьми. (При желании участников, такие занятия можно продолжить).

Родителя рассказывают детям, что нового они узнали о своем ребенке во время встреч, чему научились.

Упр. «Любимые вещи (родителя и ребенка)», «Узнай, чьи руки».

Упр. «Туристы и коряги», «Щепочка на речке».

2.6. Перечень методических материалов для проведения занятий и мониторинга результативности:

- анкеты для родителей;
- опросник детско-родительских отношений;
- картотека игр, упражнений, проективных методик, описание ситуаций для разбора;
- раздаточный материал к занятиям (при необходимости).
- Тест «Сознательное родительство» М.С. Ермихиной.

3. Требования к специалистам, реализующим программу.

Реализация программы обеспечивается педагогом-психологом.

Специалист должен иметь соответствующее образование, быть компетентным в области знаний возрастной психологии, владеть навыками групповой работы с детьми и взрослыми.

Знать принципы и основы проведения лекций, семинаров-практикумов, круглых столов, педагогических мастерских.

Владеть современными формами работы со взрослыми.

Использовать элементы различных нетрадиционных форм работы с родителями.

Уметь анализировать и, в случае необходимости, корректировать ход занятия.

Обладать высокими навыками рефлексии.

Список литературы для педагога-психолога.

1. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве взрослых. – Спб.: издательство «Питер», 2004.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком Как? – Москва.: АСТ «Астрель», 2015
3. Алиева М.А. и др. Под ред Е.Г.Трошихиной. Тренинг развития жизненных целей – СПб.:Изд. «Речь», 2001
4. Тревис Бредбери, Джин Гривз «Эмоциональный интеллект: самое важное», изд. «АСТ МОСКВА», 2018.
5. Петрановская Л.Д. Тайная опора: привязанность в жизни ребенка.- Москва: Издательство АСТ, 2017. -288.
6. Е.Ю.ПЕТРОВА. КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ НЕГАТИВНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ СТРЕССА У ДЕТЕЙ. – М.: «Академия», 2010.
7. Кэрол Флэйк-Хобсон, Брайн Е.Робинсон, Пэтси Скин Развитие ребенка и его отношений с окружающими/ Перев. с англ. – Центр общечеловеческих ценностей, 1992.
8. Окландер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психиатрии/Перев. с англ.- М. Независимая фирма «Класс», 2000.
9. Мурашева Е.В. Любить или воспитывать? – М.:Самокат, 2012.
10. Дружинин В.Н. Психология семьи / В. Н. Дружинин. - Екатеринбург, 2000. - 208 с.
11. Антоненко Н., Ульянова М. Осознанное родительство. Научнопрактическое руководство по рождению и воспитанию детей. - Свет, 2017. - 236 с.
12. Кон И.С. Материнство и отцовство в историко-этнографической перспективе // Советская этнография. 1987. № 6. С. 31, 38.

Список литературы для родителей

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком Как? – Москва.: АСТ «Астрель», 2017
2. Петрановская Л.Д. Тайная опора: привязанность в жизни ребенка.- Москва: Издательство АСТ, 2017. -288.
3. Мурашева Е.В. Любить или воспитывать? – М.:Самокат, 2012.

4. Душа вашего ребенка: Сорок вопросов родителей о детях. Составитель Марина Нефедова. –Москва, Издательский дом «Никея» «Нескучный сад», 2015.
5. Антоненко Н., Ульянова М. Осознанное родительство. Научнопрактическое руководство по рождению и воспитанию детей. - Свет, 2017. - 236 с.
6. Бурмистрова Е. Дети в семье. Психология взаимоотношений. - Дарь, 2016. - 352
7. Баркан А. Ручной ребенок или непокорный... Какой вам нужен? Плюсы и минусы воспитания детей. - Этерна, 2012. - 272 с.
8. Бьюзен Т. Умные родители - гениальный ребенок. - Попурри, ООО, 2017. - 464 с.
9. Зицер Д. Любить нельзя воспитывать. - Клевер, 2018. - 256 с.

Приложение.

Перечень игр, упражнений, проективных методик

для занятий с родителями и совместных занятий с детьми и родителями.

Знакомство – через игрушку.

Мозговой штурм «В чем нуждается ребенок».

«Я хочу, могу, должен» - как родитель.

Проективное упражнение «Мой ребенок в образе растения». Автор И.

Шевцова. Модификация Е. Тарариной

«Семья – в виде животных».

Любимые вещи моего ребенка.

Любимые вещи (родителя и ребенка).

Упр. «Родитель с рюкзаком».

«Обзывалки»

Рисунок «Четыре эмоции».

«Кувшин эмоций», «Кувшин с Джином».

Упражнения, психогимнастика «Эмоциональные переходы».

Передать эмоцию с закрытыми глазами.

«Слепой и поводырь».

«Скульптор и скульптура».

«Коряги и турист».

«Испорченный телефон».

«Угадай, чьи руки».

«Щепочка на реке».

Совместный рисунок.

Копилка – хвалим, наказываем, даем поддержку, повышаем самооценку.- АСТ, 2017. - 382 с.