

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРИИРТЫШСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНА
На педагогическом совете
Протокол №3 от «16» марта 2022 г.

Директор МАОУ «Прииртышская СОШ»



ТВЕРЖДАЮ:
М.М. Быкова

Приказ № 30 от «18» марта 2022 г.

**Программа работы педагога-психолога с родителями учащихся
«Преодоление проблем семейного воспитания»**

2022 г.

Оглавление

Пояснительная записка	3
Этап практической реализации программы.....	5
Цель и задачи программы.....	6
Методы реализации программы.....	6
Тематическое планирование.....	8
Занятие 1_Я и мой ребенок - поиски взаимопонимания.	12
Занятие 2_Типы семейного воспитания. Возможные нарушения процесса воспитания в семье.	15
Занятие 3_Формирование у детей ответственности. Уровни, составляющие ответственность.	18
Занятие 4_Помощь родителей - какой она должна быть? Правила передачи ответственности. Проблемы ошибок.....	20
Занятия 5_Как найти путь к бесконфликтной дисциплине. Правила о правилах.....	22
Занятие 6_Мотивы "плохого поведения" детей. Причины стойкого непослушания.	23
Занятие 7_Чувства родителей и детей. Правила выражения чувств	24
Занятие 8_Поощрение хорошего поведения. Какой должна быть похвала? Виды поощрений.....	25
Занятие 9_Самооценка наших детей	27
Занятие 10_Важней всего погода в доме.....	29
Вместо заключения	32
Приложение №1	33
Приложение №2.....	34
Приложение№3.....	37
Литература.	38

Пояснительная записка

Как воспитывать детей?

" Порой мы думаем, что это очень простой вопрос. Но иногда он ставит нас в тупик. «Все, что мы знаем о воспитании, в нужный момент не приходит нам на помощь,» - именно с этих слов чаще всего начинается консультация родителей у психолога школы.

Сегодня многие родители и учителя вспоминают времена, когда дети были послушными и беспрекословно выполняли любые просьбы. Современные дети требуют к себе уважения, демократичного подхода, не признают строгих ограничений и принудительных мер. И если их продолжают воспитывать по старинке, применяя традиционные методы "кнута и пряника", то отношения с родителями накаляются, дети становятся агрессивными, скрытными, неуправляемыми. А многие родители зачастую даже не осознают, почему им стало так трудно общаться с собственными детьми.

Причины данного явления сложны и неоднородны. Существует ряд причин объективного характера:

- нестабильность экономической и политической ситуации в стране;
- падение престижа социального института семьи;
- материальная незащищенность семьи. Родители, озабоченные решением материальных проблем, имеют все меньше возможностей полноценного общения со своими детьми. Во многих семьях большую часть времени дети предоставлены сами себе.

К числу психологических причин кризиса семьи относятся:

- отсутствие знаний в области детско-родительских отношений;
- деформация половых, социальных и семейных ролей, давление социальных факторов;
- недостаточный уровень культуры межличностных отношений и др.

Работа с родителями представляет очень важный, сложный и необходимый участок деятельности школьного психолога. Среди педагогов-психологов существует мнение: «Если хочешь помочь ребенку, помоги его родителям». Поэтому, начиная работу с детьми, необходимо активно подключать к ней родителей.

Безусловно, консультирование было и остается одним из приоритетных направлений деятельности школьного психолога. Консультация позволяет индивидуально подойти к возникшим трудностям воспитания, посмотреть на них через призму отношений, сложившихся в конкретно взятой семье. Чаще всего родители идут

на консультацию к психологу, когда проблема отношений в семье уже не дает спокойно жить, лишает сна, когда время уже упущено.

Гораздо целесообразнее вовремя предотвратить надвигающуюся угрозу. Угрозу возникновения взаимного недопонимания и отчуждения родителей и детей, чем потом пытаться распутывать сложный клубок проблем. Это позволяют сделать групповые формы работы с родителями.

Групповые формы работы в нашей стране стали развиваться в последние двадцать лет, особенно в 90-е годы. А.Я.Лейманн определяет *метод групповой работы как совместную деятельность людей, которые, работая в группе над решением определенных проблем, выбирают направления своей деятельности, средства ее достижения и устанавливают нормы взаимодействия*. В последнее время они становятся ведущими в работе психолога не только в силу своей экономичности, но и в силу своей эффективности, в ряде случаев более высокой по сравнению с индивидуальной работой. Опыт показывает, что в ходе проигрывания жизненных ситуаций, и последующего их анализа решаются проблемы общего личностного роста участников группы, а также, оказывается решающее воздействие на гармонизацию не только родительских, но и супружеских отношений.

«Групповая работа с родителями реализует несколько функций:

- *коммуникативную* – функцию создания и сплочения родительского коллектива как совокупного субъекта педагогической деятельности;
- *лично-ориентированную* – направленную на самоопределение, актуализацию личностной ответственности, снятие ограничений и раскрытие ресурсов родителей;
- *содержательную* – направленную на решение проблем;
- *инструментальную* – позволяющую выработать навыки анализа реальных ситуаций, сформировать умения коллективной творческой деятельности, овладеть навыками самоорганизации самоуправления;
- *умения слушать и взаимодействовать с другими участниками»¹*.

Среди факторов, определяющих эффективность групповой работы, можно выделить такие как *ответственность каждого участника группы за результаты общей работы и отдельного ее члена, степень взаимопонимания, взаимоподдержки, готовности к сотрудничеству с целью эффективного решения имеющихся проблем*.

Работая с группой родителей, психолог выполняет:

- *руководящую функцию*, осуществляя методическое обеспечение занятий, предлагая программу работы исходя из запросов группы;

¹ Монахова А.Ю. Психолог и семья: активные методы взаимодействия. Ярославль. 2002.

- *экспертную функцию*, помогая участникам провести анализ работы, предоставляя информацию по проблеме или производя анализ происходящего;
- *аналитическую функцию*, обобщая и комментируя происходящее;
- *посредническую функцию*, организуя общение родителей друг с другом;
- *мобилизирующую функцию*, организуя детей на решение проблем, создавая в группе условия для эффективного взаимодействия;
- *консультирующую функцию*, обеспечивая родителей необходимой информацией и отвечая на возникшие вопросы.

Этап практической реализации программы

Программа «Преодоление проблем семейного воспитания» разработана в рамках психологического сопровождения семей учащихся школы, целью которой, является *создание толерантной образовательной среды*. Именно она, по мнению авторов проекта, способна развить толерантное мышление и поведение участников образовательного процесса.

Толерантное поведение, толерантное мышление, толерантная образовательная среда - эти понятия и стоящие за ними процессы и явления во многом являются новыми и непривычными как педагогов, так и для всех субъектов образовательного процесса (учащихся и их родителей). Генеральной целью современной школы является развитие социально мобильной личности. Толерантность – одно из качеств, позволяющее быть социально мобильным, а именно - гибким и умеющим достигать жизненных целей не в противоборстве и противостоянии, а в кооперации и сотрудничестве.

Воспитание толерантности, миролюбия, уважения к другому человеку происходит не только в школе, но прежде всего дома, в семье. Наблюдения же показывают, что именно в семье ребенок получает первый опыт интолерантного поведения. А от того как ребенок ощущает себя в семье зависит то, как он воспринимает окружающую действительность. Семья играет определяющую роль в формировании и развитии личности, а, следовательно, будущего и настоящего общества в целом. Поддержка семьи и усиление ее воспитательного потенциала -важнейшая задача специалистов, работающих с семьей.

Школа, играя роль связующего звена между учеником и обществом, обязана противостоять развитию нетолерантного поведения, осуществляя воспитание, основанное на формировании коммуникативной компетенции не только у педагогов, учащихся, но и у родителей.

С этой целью в рамках экспериментальной работы была создана и реализована программа «Школа для родителей».

Цель и задачи программы

Программа "Преодоление проблем семейного воспитания" ставит целью повышение психологической компетентности родителей, изменение неадекватных родительских позиций, стиля воспитания, осознание ведущих мотивов воспитания в семье.

Данная программа направлена на оказание родителям психологической помощи в поиске индивидуальных подходов к своим детям и способов взаимодействия со всеми членами семьи.

Задачи программы «Преодоление проблем семейного воспитания»:

- Повысить психологическую «грамотность» родителей в вопросах развития личности ребенка;
- Изменить родительские установки по отношению к собственным детям;
- Научить родителей воспринимать детей такими, какие они есть;
- Научить самостоятельно выстраивать конструктивное поведение при взаимодействии с ребенком и членами своей семьи.

Программа рассчитана на 20 часов, (10 двухчасовых занятий).

Каждое занятие содержит теоретическую и практическую часть.

Программа опирается на принципы:

- ***научности*** (использование объективных, достоверных сведений, фактов как исторических, так и современных)
- ***актуальности*** (использование информации, значимой для человека с учетом специфики времени);
- ***оптимальности*** (использование необходимой достоверной информации для формирования собственных взглядов на семейные отношения и отношения родителей и детей);
- ***личностно-ориентированный принцип*** (учет потребностей родителей, решение актуальных для них проблем);
- ***Принцип ценностной ориентации программы.*** В основу программы положены ценности и принципы гуманистической психологии (К.Роджерс, А.Маслоу, Г. Олпорт, Р.Мэй, Ф. Перлз): самооценność личности человека, самодисциплина, ответственность, уважительное отношение к людям.

Методы реализации программы

В ходе реализации программы используются следующие методы:

- ***лекция***, как метод позволяющий предоставить большой объем информации, в условиях малой группы этот метод наиболее эффективен в силу личностно-

ориентированного подхода к обсуждению проблем, возможностью перевести обсуждение в диалог;

- **групповая дискуссия** – совместное обсуждение какого-либо вопроса, позволяет прояснить, а иногда и изменить мнение позицию, установки и ценности родителей по отношению к тому или иному явлению. Дискуссия позволяет увидеть проблему с нескольких сторон;

- **психодиагностические процедуры**. В ходе реализации программы тест – был использован прежде всего, как инструмент, позволяющий родителям - осознать круг имеющихся затруднений и сложностей в отношениях с членами семьи, психологу - спланировать программу и тематику последующих занятий занятия и оценить эффективность их реализации;

- **экспрессивные методы самовыражения в рисунках, письменных работах с целью снятия напряжения родителей, возможно впервые оказавшихся на подобного рода занятии, сосредоточения на своей личности своих ощущениях;**

- **элементы социально-психологического тренинга** используются с целью формирования навыков самопознания саморазвития, открытия в себе новых качеств личности, создания атмосферы доверия и объективной оценки чувств и эмоций друг друга;

- **психологические игры (ролевые)**. Игра – модель социального взаимодействия. Позволяет осмыслить, осознать происходящие в ходе игры события, перенести их на анализ обыденных жизненных ситуаций.

Программа имеет практическую направленность.

От имеющихся на страницах психологической прессы программ работы с родителями ее отличает новизна содержания занятия, новый подход к организации и проведению этапа рефлексии.

Основной формой работы является работа с малой группой родителей, имеющей постоянный состав (8-10 человек), сформированной из числа слушателей психологического лектория, проходившего в школе для родителей учащихся параллели 5-7 классов.

Количество участников с целью обеспечения закрытого характера работы группы, постоянной обратной связи между ее участниками и ведущим. Увеличение количества участников значительно снижает эффективность занятий.

Критерии эффективности программы:

- Результаты анкетирования родителей, проводимом в начале и в конце программы.

- Отзывы родителей.

Предполагаемый результат занятий:

- Родители *компетентны* в вопросах психологии развития детей;
- Родители владеют навыками рефлексии своих поступков и поступков детей;
- Родители способны строить отношения с детьми, основываясь на знании их индивидуальных особенностей.

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Форма проведения	Краткое содержание	Цель занятия	Продолжительность
1.	Я и мой ребенок - поиски взаимопонимания.	Вводная беседа. Практическая деятельность родителей.	<ul style="list-style-type: none"> • Вводная беседа • Упр. "Личное дело" • Упр. "Знакомство" • Тест "Какими вы видите своих детей...» (Приложение №1) • Рекомендации психолога • Мыслеобраз дня-1 	Мягкая адаптация участников в группе, создание атмосферы психологического комфорта, актуализация мотивов участия в работе "Школы для родителей".	2 ч.
2.	Типы семейного воспитания. Возможные нарушения процесса воспитания в семье.	Теоретическая часть. Практические упражнения для родителей. Творческая деятельность.	<ul style="list-style-type: none"> • Теория. "Типы семейного воспитания" • Упражнение "Какой я родитель?" • Упр. "Аквариум для хорошего родителя". • Мыслеобраз дня - 2 	Знакомство с существующими типами семейного воспитания. Характеристика типов семейного воспитания, которые могут привести к серьезным проблемам в отношениях с детьми.	2 ч.
3.	Формирование у детей ответственности. Уровни и составляющие ответственность.	Теоретическая часть. Практические упражнения для родителей. Творческая деятельность родителей.	<ul style="list-style-type: none"> • Вводная часть этап формирования мотивации. • Теория "Формирование ответственности у детей." 	Актуализация представлений родителей о содержании понятия "ответственность", ее отличие от послушания.	2 ч.

			<p>Составляющие ответственности. Уровни воспитания ответственности. Условия воспитания ответственности.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Упр. "Определение ответственности" • Упр. "Уровни ответственности" • Рекомендации: алгоритм формирования ответственности, Условия воспитания ответственности. • Мыслеобраз дня - 3 	<p>Показать роль внутренней мотивации в воспитании ответственности у детей.</p>	
4.	<p>Помощь родителей-какой она должна быть? Правила передачи ответственности. Проблемы ошибок.</p>	<p>Теоретическая часть. Практические упражнения для родителей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вводная часть • Теория. Как правильно помогать ребенку. • Задание на самоанализ • Рефлексия родителей. • Рекомендации родителям. Правила оказания помощи и передачи ответственности. 	<p>Выработка умения психологически грамотно взаимодействовать с ребенком; получение обратной связи от участников</p>	2 ч.
5.	<p>Как найти путь к бесконфликтной дисциплине. Правила о правилах.</p>	<p>Теоретическая часть. Практическая часть. Творческая работа родителей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Теория. Как воспитывать детей без наказания. • Разрешение родителями предложенных проблемных ситуаций. Упражнение "В чем ошибка" • Рефлексия родителей. 	<p>Знакомство с условиями, необходимыми для воспитания у ребенка бесконфликтной дисциплины.</p>	2 ч.

			<ul style="list-style-type: none"> • Рекомендации психолога. • Правила бесконфликтной дисциплины. • Мыслеобраз дня - 5 		
6.	Мотивы "плохого поведения" детей. Причины стойкого непослушания.	Теоретическая часть. Практические задания для родителей. Практические рекомендации и их обсуждение.	<ul style="list-style-type: none"> • Теория. Причины плохого поведения детей. • Анализ трудных ситуаций. • Упражнение "В чем ошибка?" • Рефлексия родителей. • Рекомендации психолога • "Мыслеобраз дня – 6 	Знакомство родителей с внутренними мотивами поведения ребенка и способами установления конструктивных взаимоотношений с ребенком.	2 ч.
7.	Чувства родителей и детей. Правила выражения чувств.	Теоретическая часть. Практическая часть. Рекомендации для родителей.	<ul style="list-style-type: none"> • Теория. Мир наших чувств, правила выражения чувств. Я-высказывание, ты-высказывание • Упражнение "Выбери правильный ответ" • Упражнение "Продолжи фразу" • Упр. "Признание чужих чувств" • Рефлексия родителей. • Рекомендации психолога "Правила выражения чувств" • "Мыслеобраз дня - 7" 	Знакомство с возможными способами выражения родительских чувств как необходимого условия для установления доверительного общения с детьми.	2 ч.
8.	Поощрение хорошего поведения. Какой	Теоретическая часть. Практические	<ul style="list-style-type: none"> • Теория " Роль поощрения в стимулировании 	Овладение навыками пользования	2 ч.

	должна быть похвала? Виды поощрений	упражнения для родителей. Рефлексия родителей. Рекомендации психолога	желаемого поведения ребенка. Виды поощрений". <ul style="list-style-type: none"> • Упражнение "Виды поощрений" • Упражнение "Правильно ли?" • Упр. "Правильно ли?" • Рефлексия по итогам выполненных упражнений. • Рекомендации. "Родителям о детях" • Мыслеобраз дня - 8 	похвалой и поощрением.	
9.	Самооценка наших детей.	Теоретическая часть. Практическая работа родителей. Диагностика. Рефлексия родителей . Рекомендации психолога.	<ul style="list-style-type: none"> • Теория. Самооценка, ее виды, возрастные особенности, особенности формирования самооценки ребенка. • Знакомьтесь, май(Я) сын(дочь). • Заполнение бланка "Оценка характера ребенка родителями" • Теоретическая часть Самооценка, ее виды, способы формирования. • Упражнение "Письмо психологической поддержки" • Мыслеобраз дня – 9 • 	Повышение психологической компетентности родителей в вопросах развития личности ребенка. Изменение установок родителей в результате полученных сведений об реальной и зеркальной самооценки своего ребенка и сопоставления их с особенностями собственной оценки ребенка.	2 ч.
10	Важней всего погода в доме.	Актуализация знаний родителей по	<ul style="list-style-type: none"> • Теоретический минимум: Особенности 	Осознание участниками персональных	2 ч.

		<p>теме. Традиции моей семьи. Рефлексия родителей по содержанию проведенных занятий. Диагностика эффективности программы.</p>	<p>отношений в семье. Подход к разрешению семейных проблем. Родители - образец отношений супругов в семье. *Упражнение "Семейные роли" *Упр. "Чемодан в дорогу" • ыслеобраз дня - 10.</p>	<p>результатов, достигнутых ими в процессе занятий, закрепление способов эффективного взаимодействия в семье.</p>	
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Занятие 1

Я и мой ребенок - поиски взаимопонимания.

Цель: мягкая адаптация участников к работе в группе, создание атмосферы психологического комфорта, актуализация мотивов участия в работе «Школы для родителей».

Задачи:

1. Установить доверительные отношения в группе, выработать правила групповой работы;
2. Выявить проблемы, волнующие участников;
3. Развитие позитивных ожиданий участников от совместной работы в группе;
4. Определить перспективы дальнейшей групповой работы.

Вводное слово ведущего.

Немного о групповых формах работы и их эффективности. Условия работы в группе. Выработка участниками правил групповой работы. Утверждение правил.

Каждый из нас не похож на другого человека, у каждого может быть свое мнение отличное от мнения других людей, у каждого из нас есть свой жизненный опыт, опыт принятия решений, опыт поступков. Этот наш жизненный опыт, которым мы можем поделиться с группой и это будет наш общий вклад в наш общий групповой психологически банк. Чем больше будет вклад каждого из нас, тем богаче и надежнее будет наш банк. Чудо групповой работы заключается в том, что после занятий нам не придется делить сокровища нашего банка поровну, каждый сможет забрать этот банк полностью.

Упражнение 1 «Личное дело»

Цель: дать участникам возможность сосредоточиться на своей личности, привыкнуть к новой среде, подготовиться к следующему заданию, проявить свои творческие способности.

Материалы: папка для каждого участника, ручки. Бланки "Кто я?", наборы фломастеров, листы для рисования, бланки "Герб и девиз"

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 как жанра, так 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.

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

Упражнение "Знакомство"

Цель: знакомство участников, создание атмосферы доверия и взаимной поддержки, постановка проблемы слушания другого.

Участникам предлагается по кругу назвать свое имя, рассказать группе немного о себе, можно использовать материалы своего личного дела, можно просто поделиться с группой своим внутренним состоянием, своими мыслями и чувствами по поводу происходящего.

Тест «Какими вы видите своих детей...»

Цель: создание представления родителей о себе, как о родителе, помочь родителям сделать определенные выводы относительно восприятия своих детей.

После процедуры тестирования и интерпретации результатов - рефлексия родителей по поводу полученной информации.

Рекомендации психолога:

Для поддержания детско-родительских отношений, основанных на взаимопонимании важно:

- принимать ребенка со всеми его достоинствами и недостатками;
- бывать (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 не менее четырех раз в день.

Наверняка многие рекомендации, а точнее, способ их осуществления, мало понятен родителям. О том, как претворить в жизнь все выше перечисленные рекомендации пойдет речь на занятиях «Школы для родителей».

Мыслеобраз дня.

Цель: актуализация рефлексии, осмысление итогов, развитие творческих способностей участников.

Материалы и подготовка: ручки, карандаши, ластик, бланк "Мыслеобраз дня -1".

Задание:

- придумать эпиграф дня;
- выбрать цвет, наиболее соответствующий восприятию этого дня;
- нарисовать символ дня;
- вспомнить фразу, высказанную кем - либо из участников, которую по его мнению можно сделать цитатой сегодняшнего занятия;
- написать: "Чем я могу сегодня гордиться" и " О чем Я сейчас сожалею"

Занятие 2

Типы семейного воспитания. Возможные нарушения процесса воспитания в семье.

Цель: знакомство с существующими типами семейного воспитания. Характеристика типов семейного воспитания, которые могут привести к серьезным проблемам в отношениях с детьми.

Задачи:

1. Познакомить с типами воспитания в семье.
2. Определить психологические причины отклонений в семейном воспитании.
3. Показать возможность изменения стиля родительского отношения к детям.

Теоретическая часть.

Родителям предлагается выполнить тест «Ваша стратегия семейного воспитания», определяющего стиль воспитания в семье.

Далее родителям раздаются схема типов воспитания, на основе которой идет знакомство с существующими стилями родительского поведения, типами неадекватного поведения родителей (гиперпротекция, гипопротекция, повышенная моральная ответственность, эмоциональное отвержение, жестокое отвержение, воспитание в культе болезни, противоречивое воспитание)

Упражнение «Какой я родитель?»

Цель: укрепление самооценки родителя, осознание психологических причин отклонений, возникших в семейном воспитании (если таковые имеются)

Материалы: ручки, бланки «Мои достижения»

Процедура: родителям предлагается заполнить бланки «Мои достижения». При этом не надо фильтровать, пришедшие в голову мысли, сомневаться, является ли то или иное достижение действительно достижением. Если оно «пришло в голову», значит оно значительно для него именно сейчас, значит - это действительно достижение.

Затем участники собираются в кругу и делятся своими достижениями.

Примечания: «Достижения» участников могут быть самыми различными. Для одного - это хороший урожай на даче, для другого - дружная семья, для третьего - здоровые дети и т.д.

Все это показывает родительские приоритеты, наиболее значимые для него на сегодняшний момент ценности. Они могут оттеснять интересы ребенка на второй план, а это может послужить причиной отчуждения детей и родителей.

Упражнение «Аквариум для хорошего родителя»

Цель: развитие позитивного самовосприятия, дать возможность каждому участнику получить обратную связь о его восприятии другими людьми.

Процедура: Участники рассаживаются в незамкнутый круг, Отдельный не занятый стул ставится посередине промежутка. Участники по очереди садятся на свободный стул, на котором каждому предстоит провести по 5 минут.

В это время остальные участники группы высказывают свои ассоциации, которые возникли у него по отношению к этому человеку, как родителю, стараясь при этом акцентировать внимание на его положительных качествах.

Рефлексия. С каждым занятием обстановка в группе становится более неформальной. Могут возникнуть не запланированные дискуссии и разговоры. Иногда спонтанно возникшее обсуждение может быть ценнее любых запланированных упражнений. Родителям предлагается высказать свои мысли и выразить чувства, которые возникли после проведенной работы.

Мыслеобраз дня. Завершение всех встреч проводится по общему сценарию. Соответственно используется бланк «Мыслеобраз дня 2»

Занятие 3

Формирование у детей ответственности. Уровни, составляющие ответственность.

Цель: актуализация представлений родителей о содержании понятия «ответственность», ее отличие от послушания. Показать роль внутренней мотивации в воспитании ответственности у детей.

Задачи:

1. Разобраться, что представляет собой чувство ответственности;
2. Показать пути формирования ответственности у детей;
3. Найти отличие ответственности от послушания;
4. Раскрыть возможности внутренней мотивации в воспитании ответственности.

Теоретическая часть. Ответственность – это качество, которое не дается от природы, а развивается с годами. Роль ответственности в формировании личностных качеств ребенка.

Послушание и ответственность. При послушании требуется выполнение порученного. Ответственность – способность самостоятельно принимать решения. Составляющие ответственности. Уровни воспитания ответственности. Условия воспитания ответственности.

Упражнение «Определение ответственности»

Цель: отработка умения видеть отличия ответственности и послушания.

Родителям предлагаются ситуации, в которых нужно определить, что лежит в их основе - ответственность, послушание или что-то другое.

Упражнение «Уровни ответственности»

Цель: Отработка практических навыков определения уровней ответственности.

Родителям предлагаются примеры ситуаций и возможные варианты ответов. Необходимо определить уровень ответственности, характеризующий каждую из предложенных ситуаций.

Рекомендации родителям:

Алгоритм формирования ответственности

Быть ответственным - значит самостоятельно принимать решение, осознавать необходимость выбора способа действия и умение нести ответственность за свой выбор.

Чувство ответственности возникает, если ребенок:

1. Понимает поставленные перед ним задачи
2. Согласен с поставленными задачами

3. Умеет самостоятельно планировать свои действия для достижения поставленной задачи

Условия воспитания ответственности:

1. Создавайте условия для поддержания у ребенка чувства самоуважения
2. Ставьте разумные ограничения в его действиях и поступках
3. Ответственность воспитывается не одним днем, а продолжительно и постепенно
4. Учитывайте возрастные и индивидуальные особенности своего ребенка
5. Учитывайте особенности его характера
6. Учитывайте его личный жизненный опыт

Мыслеобраз дня -3

Помощь родителей - какой она должна быть? Правила передачи ответственности.

Проблемы ошибок

Цель: выработка умения психологически грамотно взаимодействовать с ребенком и оказывать ему помощь.

Задачи:

1. Научить родителей правильно оказывать помощь ребенку в выполнении домашнего задания;
2. Раскрыть психологические причины отказа ребенка выполнять ту или иную работу;
3. Раскрыть роль правильных подходов к оказанию помощи как средства формирования ответственности у детей.

Теоретическая часть

Как быть если ребенок, что-то делает? Вмешиваться или нет?

Трудности в выполнении задания и помощь родителей. Какой она должна быть?

Опасность слишком долгого и настойчивого участия родителей в совместном деле.

Упражнение на самоанализ

Цель: осознание родителями уровня самостоятельности ребенка

Родителям предлагается разделить лист на две части. В левой части листа перечислить те дела, которые их ребенок решает и делает сам, в правой части те дела, которые он выполняет вместе с родителями.

Затем предлагается подумать, что из правой колонки уже сейчас можно передвинуть в левую.

Рефлексия по результатам выполнения задания.

Рекомендации по оказанию помощи ребенку:

1. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит об этом. Своим невмешательством вы сообщите ему: "С тобой все в порядке".
2. Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.
Если решили помочь, то:
 1. Возьмите на себя только то, что он не может выполнить.
 3. По мере освоения ребенком новых действий, постепенно передавайте ему ответственности за их выполнение.
 4. Постепенно и неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела ребенка и передайте ответственность ему.

5. Позвольте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий.(или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться сознательным.

Мыслеобраз дня – 4

Занятия 5

Как найти путь к бесконфликтной дисциплине. Правила о правилах.

Цель: знакомство с условиями, необходимыми для формирования у ребенка бесконфликтной дисциплины.

Задачи:

1. Раскрыть значение для ребенка установленных правил поведения.
2. Познакомить с правилами внедрения правил поведения в распорядок жизни ребенка.

Теоретическая часть:

Правила поведения должны быть в жизни каждого ребенка.

Правила и разумный распорядок дают ребенку чувство безопасности.

Правила внедрения правил в поведение ребенка:

- Правил не должно быть слишком много.
- Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.
- Взрослые должны согласовать правила между собой.
- Тон предъявления требований или выражения запрета должен быть дружественно-разъяснительным.
- При наказании ребенка лучше лишать его хорошего, чем делать ему плохое.
- Запрет должен иметь конкретную формулировку и выдержан в позитивном стиле.
- Ограничения и запреты должны соответствовать возрасту ребенка, его жизненному опыту.
- Ограничение должно быть выполнимым. Если составленное вами правило не действительно, его нужно изменить.

Упражнение " А что бы сказали Вы?"

Родителям предлагается описание нескольких ситуаций. Задание: переформулировать высказывание родителей, чтобы устанавливаемое требование перешло у ребенка в привычку.

Рефлексия родителей по поводу выполненного задания.

Выводы по заданию:

- Любую информацию можно преподнести в позитивном ключе.
- Дети, слушая, что им говорят, получают информацию о том, как надо себя вести.
- Высказывания, способствующие повышению самооценки ребенка, так же формируют у него чувство ответственности.

Мыслеобраз дня – 5.

Занятие 6

Мотивы "плохого поведения" детей. Причины стойкого непослушания.

Цель: знакомство родителей с внутренними мотивами поведения ребенка и способами установления конструктивных взаимоотношений.

Задачи:

1. Познакомить родителей с причинами непослушания детей
2. Обучение навыкам проблеморазрешающего поведения.

Теоретическая часть:

Мотивы плохого поведения:

- борьба за внимание;
- борьба за самоуважение;
- желание отомстить;
- потеря веры в собственный успех;
- борьба за власть;
- уклонение от обязанностей.

Анализ проблемных ситуаций.

Цель: отработка умения родителей распознавать мотивы поведения детей.

Упражнение "В чем ошибка?"

Цель: отработать навык формулировки высказываний, побуждающих ребенка к позитивному действию.

Родителям предлагается ряд родительских фраз, адресованных детям. Необходимо переформулировать их, чтобы они имели более действенное значение.

Рефлексия родителей по поводу выполненного задания.

Мыслеобраз дня-6.

Занятие 7

Чувства родителей и детей. Правила выражения чувств

Цель: знакомство с возможными способами выражения родительских чувств как необходимого условия для установления доверительного общения с детьми.

Задачи:

1. Обосновать необходимость своевременного выражения возникающих чувств.
2. Познакомить со способами выражения чувств.

Теоретическая часть:

Многообразие чувств, возникающих в разных жизненных ситуациях. Возникшие чувства не следует держать в себе, молча переносить обиду, подавлять гнев, сохранять спокойный вид при сильном волнении. Позитивные и негативные чувства и правила их выражения. Я-высказывание, ты-высказывание.

Упражнение "Выбери правильный ответ"

Цель: отработка навыка я-высказывания

Родителям предлагается выбрать правильный ответ подходящий, к предложенной ситуации.

Упражнение "Продолжи фразу"

Цель: отработка навыка вербального выражения чувств.

Продолжить фразу:

- Мне грустно, когда...
- Я сержусь, когда...
- Чувствую себя глупо, если ...
- Я горжусь собой, когда...
- Очень доволен, когда...

Упражнение "Признание чужих чувств"

Цель: отработка навыка эмпатичного слушания.

Родителям предлагается для обсуждения несколько родительских реплик. Определить, признает ли родитель чувства ребенка, если нет, необходимо правильно перестроить его фразу.

Рефлексия по итогам выполненных заданий.

Мыслеобраз дня-7.

Занятие 8

Поощрение хорошего поведения. Какой должна быть похвала? Виды поощрений.

Цель: овладение навыками пользования похвалой и поощрениями.

Задачи:

1. Раскрыть роль поощрений как способа стимулирования желаемого поведения ребенка.
2. Познакомить с видами похвалы.
3. Познакомить с правилами выражения похвалы и поощрений.

Теоретическая часть:

Поощрение как способ стимулирования желаемого поведения ребенка. Похвала простая ("спасибо", улыбка) и сложная ("ты всегда добиваешься успеха", "Ты у меня просто молодец!")

Правила выражения похвалы:

- Похвала должна быть конкретной. Необходимо оценить действия ребенка, а не его самого.
- Похвала должна быть незамедлительной. Чем быстрее вы похвалите ребенка за хороший поступок, тем больше уверенности в том, что он захочет его повторить.
- Хвалить нужно искренне. Дети очень хорошо чувствуют фальш.
- Похвала должна учитывать развитие ребенка.

Излишняя похвала и ее влияние на формирование самооценки ребенка.

Поощрения их роль в стимулировании позитивных форм поведения ребенка, многообразие поощрений.

Упражнение "Виды поощрений"

Цель: осуществить взаимообмен видами поощрений внутри группы.

Упражнение "Правильно ли?"

Цель: Отработка навыка "Я-высказывания"

Послушать описание ситуации и определить верно ли была сформулирована фраза одобрения.

Рефлексия по итогам выполненных заданий.

Рекомендации родителям

-Детей учит то, что их окружает.

Если ребенка часто критикуют - он учится осуждать.

Если ребенка часто высмеивают, он учится быть робким.

Если к ребенку часто бывают снисходительны, он учится быть терпеливым.

Если ребенок живет с чувством безопасности, он учится верить.

Если ребенку часто демонстрируют враждебность, он учится драться.

Если ребенка часто позорят, он учится чувствовать себя виноватым.

Если ребенка часто подбадривать, он учится справедливости.

Если с ребенком обычно честны, он учится справедливости.

Если ребенка часто одобряют, он учится хорошо к себе относиться.

Если ребенок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным, он учится находить в этом мире любовь.

Мыслеобраз дня - 8

Домашнее задание: принести фотографии своих детей.

Занятие 9

Самооценка наших детей

Цель: повышение психологической компетенции родителей в вопросах развития личности ребенка. Изменение установок родителей в результате получения сведений об особенностях реальной и зеркальной самооценки своего ребенка и сопоставление их с особенностями собственной самооценки ребенка.

Задачи:

1. Раскрыть родителям сущность понятия самооценка.
2. Познакомить с разновидностями самооценки и ее возрастными особенностями.
3. Раскрыть значимость и источники формирования позитивной самооценки.

Знакомьтесь, мой(я) сын(дочь).

Цель: актуализация процессов эмпатии, развитие мысленного восприятия, идентификация своего ребенка с позитивным образом.

Родителям предлагается представить фотографию своих детей и рассказать о них: назвать имя, придумать соответствующее прилагательное (или существительное, которое можно добавить к имени через дефис), выражающее позитивную сущность ребенка, вызывающее к нему уважение или симпатию. Это прилагательное должно хорошо сочетаться с именем. В итоге должно получиться "благородное прозвище", как у выдающихся личностей: Ярослав Мудрый, Петр Великий, Марья-искусница и т.д. Обосновать выбор "благородного прозвища», назвать достоинства своего ребенка.

Диагностика:

Заполнение бланка "Оценка характера ребенка родителями".

Обработка и интерпретация результатов.

Психолог поясняет, что сообщенные сведения являются поводом для размышления о том, адекватно ли они оценивают ребенка, о том, получает ли ребенок необходимый ему минимум психологической поддержки и признания, об оптимуме требований к ребенку и гибкости ограничений его поведения.

Теоретическая часть:

Самооценка, ее виды, возрастные особенности формирования. "Я" - через других, другие через - "Я", "Я" и другие. Реальная и зеркальная самооценка ребенка.

Упражнение "Письмо психологической поддержки"

Цель: актуализация необходимости работы. Направленной на психологическую поддержку ребенка. Освоение технологии оказания психологической поддержки.

Родителям предлагается написать письмо своему ребенку (своим детям), которое может быть приурочено к началу учебного года, экзаменам, дню рождения или др. событиям.

Это письмо должно стимулировать творческий потенциал ребенка, его активность, укреплять самооценку.

Затем родители собираются в кругу и делятся результатами своей работы.

Примечание. Особенно важно это упражнение выполнить по отношению к тем детям, которые доставляют много проблем своим родителям. При этом их "недостатки" превратить в их достоинства. Например, "озорник" может стать предприимчивым, пассивный - "созерцателем" и т.д.

Мыслеобраз дня 9.

Домашнее задание: принести фотографии своей семьи, подготовить к презентации одну из семейных традиций (семейные праздники, традиционные блюда, семейные увлечения и т.д.) Попросить всех членов семьи заполнить анкету "Семейные роли"

Занятие 10

Важней всего погода в доме

Цель: осознание участниками персональных результатов, достигнутых ими в процессе занятий, закрепление способов эффективного взаимодействия в семье.

Задачи:

1. Создание позитивного настроения участников;
2. Осознавание участниками стратегических ориентиров своего личностного и профессионального роста;
3. Обобщение результатов обратной связи, полученной каждым участником от группы.

Теоретическая часть:

Типы семейных отношений (гармоничный, формальный, отгороженный, конфликтный) Права и обязанности членов семьи.

Упражнение "Семейные роли"

Цель: осознание и принятие своего семейного опыта.

Участникам предлагается представить свою семью по фотографиям и рассказать о ней пользуясь анкетой "Семейные роли", рассказать о семейных традициях.

Роли / имена				
Роли-обязанности				
Организатор домашнего хозяйства				
Закупщик продуктов				
Закупщик продуктов				
Зарабатывающий деньги				
Казначей				
Его превосходительство, плохой исполнитель всех своих обязанностей				
Убирающий квартиру				
Выносящий мусор				
Повар				
Убирающий со стола посуду				
Тот, кто ухаживает за животными				
Организатор праздников и развлечений				
Мальчик на побегушках				

Человек, принимающий решения				
Починяющий сломанное				
Роли-взаимодействия				
Буфер, посредник в конфликтах				
Любитель поболеть				
Сторонник строгой дисциплины				
Главный обвинитель				
Одинокий волк				
Утешающий обиженных				
Уклоняющийся от обсуждения проблем				
Создающий другим неприятности				
Держащийся в стороне от семейных разборок				
Приносящий жертвы ради других				
Семейный вулкан				
Затаивший обиду				
Шутник				

Психолог обобщает все, чем поделились участники группы, высказывает свое отношение к услышанному.

Упражнение "Чемодан в дорогу"

Цель: обобщение участниками результатов занятий, осознание стратегических ориентиров своего личностного роста, развитие способности к конструктивному анализу личности другого.

Участники садятся в круг. Называется имя одного из участников. Группе предлагается представить, что мы собираем его в дорогу: "Что каждый из вас хотел бы положить в его чемодан?" Постарайтесь, в память о наших занятиях, сделать ему символический подарок, с психологическим смыслом. Такой, который, по вашему мнению, подходит его интересам, образу жизни, выражает ваше восприятие его как личности. Объясните, почему именно этот подарок вы хотите преподнести ему? "

Затем сам участник, благодарит группу за подарки, (не комментируя их и не оценивая) и делится с группой, какой подарок он бы подарил себе сам, кроме тех, которые ему подарила группа. Чем он может это объяснить.

Мыслеобраз дня -10

Участники заполняют бланк "Мыслеобраз дня 10", в который добавляется еще один пункт "Мыслеобраз тренинга", предполагающий письмо ведущему. Ведущий просит тех, кто сочтет возможным, написать письмо со своими размышлениями о прошедшем тренинге. Подчеркивает, что такие письма очень важны для его профессионального роста. Затем происходит обсуждение итогов по кругу. Не забываем перед этим плотно сдвинуть стулья! Каждый участник делится с группой своими итоговыми размышлениями о своих личностных приобретениях, благодарит группу за сотрудничество.

Вместо заключения

Занятия в группе закончены.

Эффект развития у каждого участника – свой. И если учесть, что доля большинства психологических воздействий отсрочена во времени, еще трудней сказать каким он будет у каждого конкретного участника через неделю, месяц, год.

Уходя, каждый унес с занятий то, что наиболее значимо для него, то, что возбудило личный интерес, спровоцировало к оценке собственных поступков, действий, заставило задуматься и пересмотреть уже сложившиеся привычки.

Уходя, каждый оставил лишь несколько строк, отражающих то эмоциональное состояние, которое обычно наполняет человека, заглянувшего внутрь себя, поняв причины многих имеющихся проблем.

Вот некоторые из них:

«При первой встрече я очень сомневалась, что получу полезную информацию, и от посещения этих занятий будет толк. Пришла из любопытства, посмотреть, что тут будет. Но уже к концу первого занятия я почувствовала обратное - мне стало интересно и захотелось работать. Я поверила в людей сидящих рядом со мной. Я стала искреннее и добрее.»

«В процессе занятия все участники задавали себе вопросы, которые важны для каждого родителя, но в суете повседневности мы забываем о них. В чем наша родительская миссия? Теперь я точно знаю – любить и быть всегда готовым выслушать и понять своего ребенка. Спешу домой, я хочу это делать»

«За эти дни я почувствовала приятное ощущение, полное удовлетворение от занятий. Мне показалось, что я прошла курс лечения. Желая себе не терять это состояние души как можно дольше...»

Анкета

«Какими вы видите своих детей...»

Инструкция для родителей.

Вы видите перед собой довольно длинный список качеств, в которых может быть описана личность вашего ребенка. Оцените наличие этих качеств не у конкретного ребенка в отдельности, а обобщенно, ориентируясь на среднего ребенка, по предложенным характеристикам (ребенок, который меня раздражает, и т.п.) Последний столбик (для вашего ребенка) нужно заполнить для всех остальных. Задание даст вам возможность понять кое-что о себе.

Список качеств	Ребенок, такой, как все	Ребенок, который отличается от других	Ребенок, который меня раздражает	Ребенок, в котором вижу личность	Идеальный ребенок	Мой ребенок
1. Агрессивный						
2. Глупый						
3. Инициативный						
4. Несдержанный						
5. Болтливый						
6. Веселый						
7. Приветливый						
8. Упрямый						
9. Конфликтный						
10. Способный						
11. Хитрый						
12. Активный						
13. Общительный						
14. Честный						
15. Грубый						
16. Пассивный						

17. Послушный						
18. Трудолюбивый						
19. Наглый						
20. Своевольный						
21. Аккуратный						
22. Беззащитный						
23. Ответственный						
24. Замкнутый						
25. Лидер						
26. Ленивый						
27. Равнодушный						
28. Скромный						
29. Неряшливый						
30. Дерзкий						
31. независимый						
32. Умеющий слушать						
33. Злой						
34. Внимательный						
35. Невоспитанный						
36. Исполнительный						
37. Отзывчивый						
38. Доверчивый						

Обработка результатов

Сопоставьте их с последним столбцом и ответьте себе на вопрос: «Какая из характеристик (профилей) в большей степени совпадает с профилем вашего ребенка?»

Сравните полученные результаты. Для этого:

- выпишите профили, которые совпадают с профилем вашего ребенка примерно на 70-80% и более;
- профили, которые совпадают на 60-40%;
- профили, разница между которыми составляет меньше 30%

Какой он ваш ребенок?

- Как все.
- Идеал.
- Личность.
- Ребенок, который раздражает или в нем присутствуют качества всех профилей.

**Анкета
для родителей**

1. Что Вы ожидали от программы «Школа для родителей»?
2. Что Вам понравилось на занятиях?
3. Что Вам не понравилось на занятиях?
4. Какие из упражнений программы оказали наибольшее влияние на Вас?
5. Что из того, что Вы получили на занятиях, будете использовать в своей повседневной жизни?
6. Легче ли Вам стало анализировать свои поступки и особенности поведения своих детей и других членов семьи?
7. Самое важное для Вас событие, произошедшее на занятиях? В чем оно заключалось?
8. Что вы хотите пожелать себе? Другим участникам группы? Ведущему?

Литература.

1. Арутюнян М., Земнов М. Легко ли быть родителями? Взрослые и дети: союз, конфликт, компромисс. – М., 1991.
2. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. СПб.: Речь, 2001.
3. Дж.Добсон, Не бойтесь быть строгими. Советы родителям. М: Центр обществоведческих ценностей, 1996.
4. Дружинин В.Н. Психология семьи. Екатеринбург: Деловая книга, 2000.
5. Жинот Х, Родители и подросток. Серия "Магическая формула", Ростов н/д "Феникс", 1997.
6. Жутикова Н.В. Психологические уроки обыденной жизни: Беседы психолога: кн. для учителей и родителей. - М.: Просвещение, 1990.
7. Захаров А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха. - СПб.: Гиппократ. 1995.
8. Кэтрин Кволс Радость воспитания. Как воспитывать детей без наказания. - СПб.: ИД "Весть", 2003.
9. Лесгафт П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение. – М.: Педагогика, 1991.
10. Махов Ф.С. Кого мы растим: Беседы о материнском и отцовском воспитании. – М.: Профиздат, 1989.
11. Монахова А.Ю. Психолог и семья активные методы взаимодействия. Ярославль: Академия Холдинг: 2002.
12. Психологическая помощь подросткам и их родителям. Методические рекомендации. – Пермь: Изд-во ПОИПКРО, 1997.
13. Популярная психология для родителей\ Под редакцией А.А.Бодалева. – М.: Педагогика 1989.
14. Родионов В.А. и др. Я и другие. Тренинг социальных навыков. Для учащихся 1-11 классов Ярославль 2003.
15. Сатир Вирджиния. Вы и ваша семья. Руководство по личностному росту. Пер. с англ. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2000.
16. «Семьеведение» программа нравственно-полового воспитания среди подростков и молодежи. ЦППМСИ Индустриального района, г. Пермь 2003.
17. Скиннер Р., Клинз Д, Семья и как в ней уцелеть/ Перев. с англ. Н.М.Падалко. / М.: независимая фирма "Класс" 1995.
18. Спиваковская А.С. Как быть родителями: О психологии родительской любви. – М.: Педагогика 1986.

19. Семейная психология и психотерапия. Ежеквартальный научно-практический журнал. Москва. 1998. №1.
20. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2000.