

Дерюгина Марина Владимировна,

педагог-психолог,

МБОУ «Средняя школа №7»,

г. Петропавловск-Камчатский, Камчатский край

ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ РОДИТЕЛЬСКОГО КЛУБА «МЫ И НАШИ ДЕТИ!»

Пояснительная записка

Семья является первичным институтом социализации, обладающим необычайно широким спектром воздействия на личность. Именно в семье начинает складываться жизненный опыт человека, формируются его моральные ценности, потребности, интересы, усваиваются социальные нормы и культурные традиции общества. Отношения, сложившиеся в семье, в основном определяют дальнейшее развитие личности ребенка.

Детско-родительские отношения имеют для психического здоровья детей первостепенное значение. Анализ результатов психодиагностических исследований семей позволяют сделать вывод о том, что в психологической коррекции нуждаются не только дети, но их родители: им нужно помочь овладеть навыками, которые способствовали бы развитию конструктивных детско-родительских отношений.

Актуальность программы

Мировая практика психологической помощи детям и их родителям показала, что проблемы воспитания разрешимы, если удастся восстановить благоприятный стиль общения в семье, установить своеобразный баланс между ее членами. Отцы и матери часто поступают неправильно из-за отсутствия педагогических и психологических знаний.

Школьному психологу часто приходится сталкиваться с тем, что многие трудности обучающихся и в школе и в детско-родительском взаимодействии возникают из-за того, что дети первостепенно не ощущают родительской любви в достаточном именно для них объеме, не чувствуют себя значимыми и необходимыми в семье. Мы говорим не об асоциальных семьях, это, как правило, касается каждой второй семьи. Родители, как правило, заботятся о детях, любят их, стараются дать им лучшее, но дети не всегда чувствуют это. Вероятно, это связано с тем, что родители используют неэффективные способы выражения своего отношения к детям.

Работа психолога и социального педагога в начальной школе предполагает интенсивное взаимодействие с родителями, от работы с родителями в большей степени зависит адаптация детей, их поведение, положительная динамика или профилактика трудностей. Родителей надо не только просвещать, но и обучать способам эффективного общения с детьми.

Родители с самого детского сада привыкают к тому, что родительские собрания посвящены, как правило, трудностям, где ругают и хвалят учеников. В школе с каждым последующим годом обучения, процент посещаемости родителями родительских собраний уменьшается. Поэтому специалисты социально-психологической службы в рамках инновационного проекта школы

«Школа – центр безопасной среды, способствующей формированию физически, психически и социально здоровой личности ребенка» в 2015-2016 учебном году организовали родительский клуб «Мы и наши дети» для родителей 1-х классов МБОУ «Средняя школа № 7».

Клуб позволяет реализовать нетрадиционные собрания родителей, на которых родители могут приобрести навыки эффективного родительско-детского общения и взаимодействия, что является основой профилактики асоциального поведения детей.

Формат клуба выбран в связи с тем, что данная форма предполагает встречи людей, которых объединяют одни интересы, вопросы и трудности. Сочетание неформального, некритичного, принимающего взаимодействия, естественность общения, возможность задавать вопросы в любое время встречи, атмосфера доверия и принятия является основой создания клуба.

Цели программы: формирование культуры детско-родительских отношений; повышение психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания детей в семье.

Задачи:

1. развивать осознание собственных родительских позиции и установок;
2. направлять родителей на рефлекссию и осознание собственных воспитательных воздействий;
3. ориентировать родителей на понимание психологических особенностей развития своего ребенка, его потребностей и мотивов, а также на его безусловное принятие;
4. создавать условия получения необходимых психолого–педагогических знаний для выстраивания эффективных детско-родительских отношений.
5. перспективной целью данной программы будет являться профилактика асоциального поведения.

Ожидаемые результаты:

- развитие эффективного взаимодействия родителей с детьми, снижение числа детско-родительских конфликтов;
- повышение актуального статуса учащихся «группы риска»;
- снижение количества конфликтных ситуаций во взаимоотношениях с детьми.

Показатели эффективности работы:

- Положительные отзывы родителей участников клуба.
- Увеличение количества родителей, принимающих активное участие в жизни классных коллективов и школы.

Содержание программы определяют следующие принципы:

- Соблюдение интересов ребёнка. Принцип определяет позицию специалиста, который призван решать вопросы с максимальной пользой и в интересах ребёнка.
- Системность и единство.
- Вариативность.

• Рекомендательный характер работы. Принцип обеспечивает соблюдение гарантированных законодательством прав родителей (законных представителей) и их детей.

Общие положения

Родительский клуб «Мы и наши дети» является одной из форм работы по социально-психологическому сопровождению семей обучающихся.

Родителям сообщается в письменном виде через классного руководителя о назначенной встрече клуба (листочка с объявлением вклеивается в тетрадь домашних заданий ребенка). Занятия распланированы так, чтобы одно занятие проводилось только с родителями (без детей), второе занятие проводилось совместно с родителями и детьми. Такая форма работы (отдельно с родителями или совместно с родителями и детьми) чередуется от занятия к занятию. Это чередование дает возможность на четных по счету занятиях приобретать психолого-педагогические знания о родительских воздействиях в процессе воспитания, а на нечетных занятиях отрабатывать навыки и применять полученные знания непосредственно на своих детях.

Занятия составлены таким образом, что темы затрагивают самые часто встречающиеся вопросы, с которыми обращаются родители в социально-психологическую службу в целом и к школьному психологу в частности. Приобретаемые родителями знания и умения способствуют не только разрешению уже сложившихся трудностей в выстраивании детско-родительских отношений, но и в качестве профилактики таковых.

На каждом занятии родители получают буклет по рассмотренной теме, где обозначены основные теоретические вопросы встречи и практические упражнения, техники или рекомендации.

Ведущие клуба: педагог-психолог и/или социальный педагог. Занятия должны проводиться специалистами в паре. На встречах, когда присутствуют и дети и родители, это необходимо для организации параллельной работы с детьми (один ведущий), и с родителями (другой ведущий) одновременно.

Участники клуба: родители обучающихся, заинтересованные в общении, повышении психологической грамотности и обучающиеся 1-х классов.

Форма деятельности – открытая.

Форма работы – групповая.

Методы, используемые в программе: лекция, мозговой штурм, анализ ситуаций и видеоматериалов, психологические игры, психотерапевтические упражнения и приемы, рефлексия и др.

Ресурсы, которые необходимы для реализации данной программы: Помещения (кабинет и актовый зал). Компьютер. Копировальный аппарат. Раздаточные материалы. Проектор.

Срок реализации программы – 1 учебный год (циклично).

Периодичность встреч – 1 раз в месяц. В течение учебного года – 9 встреч.

Место встреч – актовый зал или учебный кабинет в зависимости от задач встречи.

Продолжительность одной встречи 45-60 минут.

Структура встречи

1. Ритуал приветствия

Момент, позволяющий спланировать участников, создает атмосферу группового доверия и принятия.

2. Разминка

Средство воздействия на эмоциональное состояние участников, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.

3. Основное содержание

Состоит из нескольких блоков и представляет собой совокупность лекционных блоков и психотерапевтических упражнений, направленных на решение задач занятия.

4. Рефлексия

Ретроспективная оценка встречи в двух аспектах: эмоционально-смысловом (понравилось – не понравилось; что показалось самым важным, полезным; было хорошо – было плохо, почему); эмоционально-оценочным (оценка своего эмоционального состояния «здесь и сейчас»).

5. Ритуал прощания

Способствует завершению встречи и укреплению чувства единства в группе.

Учебно-тематический план

№	Тема встречи	Цель	Сроки	Количество часов
1.	Как говорить ребенку о своей любви и принятии	Сформировать представления о важности соответствия средств выражения любви используемых в общении с ребенком для эффективности выстраивания детско-родительских отношений	сентябрь	1
2.	Агрессия и агрессивность (совместное занятие)	Способствовать сплочению детей и родителей через совместную творческую деятельность, сформировать представления родителей о сущности агрессии и агрессивности, информировать родителей об эффективных способах реагирования на агрессивные проявления у детей	октябрь	1
3.	Как сказать ребенку «нет!»	Информировать родителей о способах отказа ребенку в его желаниях; осознать важность для эффективности выстраивания детско-родительских отношений понимания того, как ребенок воспринимает родительские убеждения; формировать установки на самораскрытие; осознавать важность соответствия	ноябрь	1

4.	Наши эмоции и чувства (совместное занятие)	Актуализировать опыт и знания, относящиеся к эмоциональной сфере. Развитие умения сопереживать, понимать чувства другого	декабрь	1
5.	Мой послушный ребенок (поощрение и наказание в семье)	Способствовать осознанию влияния различных методов воздействия в процессе воспитания, поиску эффективных решений в детско-родительских отношениях	январь	1
6.	Как услышать и понять ребенка (совместное занятие)	Содействовать развитию навыков конструктивного общения, коммуникативных навыков, партнерства и сотрудничества между родителем и ребенком, приобретение навыков активного слушания. Занятие с элементами ролевой игры	февраль	1
7.	Саморегуляция в общении с ребенком	Содействовать развитию рефлексии, обращение к своему детскому опыту, ориентировать родителей выбирать позицию партнерства	март	1
8.	Тревожность и страхи детей и взрослых (совместное занятие)	Актуализировать собственный опыт, способствовать осознанию естественности страхов, анализу своего состояния, оказание помощи в поиске различных способов работы со страхами и тревогой. Встреча с использованием элементов сказко- и куклотерапии	апрель	1
9.	Ребенок и окружающее влияние вне семьи	Проанализировать спектр современных влияний, рассмотреть возможные варианты своего реагирования, найти пути эффективных родительских реакций. Подведение итогов занятий. Обратная связь	май	1
Итого				9

Содержание программы*

Тема 1. Как говорить ребенку о своей любви и принятии.

Базовые потребности личности. Влияние удовлетворения (неудовлетворения) потребностей в любви и принятии на развитие личности. Теория «языки любви» Гэрри Чепмена: слова поощрения (или разговор); подарки, время (или присутствие); прикосновения; помощь (или забота). Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

Тема 2. Агрессия и агрессивность.

Театр на столе. Поступки бывают разные (добро-зло). Рисунок на стекле, как способ выброса негативных эмоций. Агрессия и агрессивность. Виды агрессии. Причины агрессии. Пути преодоления негативных эмоций. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

Тема 3. Как сказать ребенку «нет!»

Биологические потребности. Выживание организма и умение добиваться своего. Рассогласование в родительских требованиях. Виды отказа. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

Тема 4. Наши эмоции и чувства.

Занятие с элементами сказко- и куклотерапии. Эмоциональная сфера. Эмоции и чувства: сущность, функции, виды. Опыт и знания участников. Сопереживание и понимание чувств другого. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

Тема 5. Мой послушный ребенок (поощрение и наказание в семье).

Понятие о наказании, его виды. Целесообразность использования наказания. Как правильно ограничивать ребенка. Как надо хвалить ребенка. Создание условий для поиска причин трудностей во взаимоотношениях родителей и детей. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

Тема 6. Как услышать и понять ребенка.

Общение и взаимодействие. Функции и стороны общения. Способы общения родителя с ребенком. Способы активного слушания. Эффективные речевые сообщения родителей, адресованные детям. Причины неэффективного общения. Занятие с элементами ролевой игры. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

Тема 7. Саморегуляция в общении с ребенком.

Сущность саморегуляции. Механизмы саморегуляции эмоционального состояния. Позиции общения («сверху вниз», «на равных», «снизу вверх»), анализ каждой позиции. Ложь ребенка как реакция на эмоциональные реакции родителей (связь отсутствия самоконтроля родителя и стремление ребенка к обману; причины детской лжи). Эффективные способы саморегуляции. Навыки расслабления, успокоения и саморегуляцию через выполнение серии упражнений. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

Тема 8. Тревожность и страхи детей и взрослых.

Тревога и страх. Физиология тревожности. Виды тревожности. Причины страха (возрастные и нетипичные). Способы работы со страхами и тревогой. Встреча с использованием элементов сказко- и куклотерапии. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

Тема 9. Ребенок и окружающее влияние вне семьи.

Проанализировать спектр современных влияний СМИ, компьютер, телефоны, сверстники (групповое давление, буллинг, завоевание социального статуса в коллективе). Способы реагирования родителей на влияние. Контроль и анализ информационных каналов восприятия. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

** При составлении программы использовались материалы программы Полетаевой Т.В., Синюшкиной Т.А. «Играем в кукольный театр», Петропавловск-Камчатский, 2010.*

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Герасимова Т.Ф. Оптимизация способов взаимодействия ребенка и родителя // Семейная психология и семейная терапия. – 1999. – № 1.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: АСТ, 2007.
3. Демиденко М., Кулькова О. Воспитываем терпимость // Школьный психолог. – М., 2002. – № 15.
4. Кипнис М. Тренинг семейных отношений. Часть 1. – М.: Осъ - 89, 2005.
5. Медведева И.Я., Шишкова Т.Л. Дети, куклы и мы. – Рязань: Зерна-Слово, 2014.
6. Марковская И.М. Практика групповой работы с родителями. – СПб.: Институт тренинга, 1997.
7. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2003.
8. Психологический тренинг в группе (игры и упражнения): учебное пособие / под ред. Т.Л. Бука, М.Л. Митрофановой. – М., 2008.
9. Ткачева В.В. Гармонизация внутрисемейных отношений: мама, папа, я – дружная семья: практикум по формированию адекватных внутрисемейных отношений / В.В. Ткачева. – М.: Гном и Д, 2000.
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. – М., Генезис, 1998.
11. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. – М.: Генезис, 2001.