

**ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, НАПРАВЛЕННАЯ НА  
ПОВЫШЕНИЕ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ В ОТНОШЕНИИ ДЕТЕЙ  
В ВОЗРАСТЕ 7-10 ЛЕТ В ОБЪЕМЕ 72 ЧАСОВ**

Москва  
2017

## Содержание

Пояснительная записка .....	4
Актуальность .....	4
Целевая аудитория .....	4
Образовательные цели программы .....	4
Образовательные результаты .....	4
Структура программы .....	5
Требования к уровню подготовки, необходимые для освоения программы .....	5
Трудоемкость обучения .....	5
Форма обучения .....	5
Рекомендуемое количество участников .....	5
Организационно-педагогические условия .....	5
Учебный план .....	7
Учебно-тематический план .....	18
Рабочая программа разделов .....	20
МОДУЛЬ I. Родитель и общество .....	21
Раздел 1.1. Родитель в глазах Общества .....	21
<b>Раздел 1.2. Родитель в глазах собственной семейной системы</b> .....	25
Раздел 1.3. Внутренний образ родительства: ожидания и реальность .....	29
Раздел 1.4. Создание и интеграция представления о “достаточно хорошем родителе” .....	31
МОДУЛЬ II. РОДИТЕЛЬ И РЕБЕНОК .....	36
Раздел 2.1. Представления о ребенке и существующих системах воспитания .....	37
Раздел 2.2. Закономерности развития детей младшего школьного возраста .....	40
Раздел 2.3. Роль родителя в преодолении трудностей младшего школьника .....	42
МОДУЛЬ III. Ребенок в семье и обществе .....	46
Раздел 3.1. Кризис семьи с ребенком младшего школьного возраста и выход из кризиса .....	46
Раздел 3.2. Уникальное место каждого в семье. Договоренности. ....	49
Раздел 3.3. Социализация младшего школьника. Роль родителей и социальных институтов .....	52
Раздел 3.4. Роль современных технологий в социализации ребенка .....	60
МОДУЛЬ IV. Интеграция представлений о родителе, ребенке и их взаимодействии .....	61
Раздел 4.1. Родитель младшего школьника: возможности и ограничения .....	61
Раздел 4.2. Толерантность к неопределенности динамики младшего школьного возраста .....	63
Заключение .....	65

Приложения .....	66
------------------	----

## Пояснительная записка

### Актуальность

Возраст детей 7-10 лет как правило совпадает с их поступлением в школу, а также началом кризиса младшего подросткового возраста. В связи с этим у родителей данной категории детей неизбежно появляется большое количество вопросов, связанных с новыми трудностями в различных сферах жизни и воспитания ребенка. Это часто оказывает катастрофическое воздействие на родительскую идентичность и самовосприятие, повышает общую тревожность внутри семьи. Данный этап характеризуется повышенной потребностью в получении внешней поддержки: психологическая помощь, помощь старшего поколения, опора на средства массовой информации и т.д. Основываясь на проведенных эмпирических исследованиях и опросе большого количества родителей, мы пришли к выводу о необходимости создания программы, нацеленной на поддержку, информирование, обучение и создание условий для самоэффективности и компетентности родительской аудитории.

### Целевая аудитория

Программа рассчитана на родителей детей 7-10 лет (младших школьников).

### Образовательные цели программы

- Информирование родителей о специфике проблем младшего школьного возраста;
- Создание условий для рефлексии социальных установок и их изменения;
- Формирование дискуссионного пространства для обсуждения актуальных проблем младшего школьного возраста;
- Когнитивная и эмоциональная поддержка родителей в ситуации кризиса отношений с ребенком;
- Формирование умений и навыков по выстраиванию взаимодействия с ребенком;
- Создание условий для повышения навыков саморегуляции и самоэффективности родителя;
- Интеграция полученного опыта и формирование образов реальных родителя и ребенка.

### Образовательные результаты

- Получение знаний об особенностях младшего школьного возраста, существующих социальных установках о родительстве и воспитании;
- Формирование умений по организации эффективного взаимодействия с ребенком в повседневных и проблемных ситуациях;

- Формирование навыков общения, взаимодействия, создания личного пространства внутри семьи, а также саморегуляции и самоэффективности.

### Структура программы

Программа включает в себя 4 содержательных блока, каждый из которых может быть освоен как отдельно, так и последовательно.

Структура каждого из блоков повторяет структуру программы в целом и представляет из себя создание условий для обсуждения имеющейся осведомленности, более подробное информирование и обучение пользоваться различными информационными источниками, обсуждение актуальных проблем, последующее создание условий для интеграции полученного опыта.

Предполагается, что курс начинается со знакомства и сбора ожиданий, а дальше в рамках каждого раздела чередуются лекционные фрагменты и практические упражнения и обсуждения. В план также включены упражнения для разминки после перерывов, которые следует включать в курс по мере необходимости в зависимости от расписания занятий и количества перерывов.

### Требования к уровню подготовки, необходимые для освоения программы

К поступающему на обучение нет особенных требований, кроме наличия у него родительского опыта.

### Трудоемкость обучения

Нормативная трудоемкость обучения по данной программе – 72 часа, включая все виды аудиторной и самостоятельной работы слушателя.

### Форма обучения

Программа предполагает очное обучение.

### Рекомендуемое количество участников

10-16 человек.

### Организационно-педагогические условия

Для проведения программы необходимо изолированное нешумное помещение для проведения групповой работы с числом стульев по количеству участников, доской либо флипчартом, оборудованное компьютером и проектором для демонстрации учебных материалов.

Учебно-методическое обеспечение программы включает в себя программу учебной дисциплины, учебный план и подробные конспекты занятий и тренингов для родителей. Также комплект материалов содержит презентации в формате PowerPoint.

Модуль	Название раздела	Цели раздела	Задачи раздела
<b>Модуль I. Родитель и общество</b>	Раздел 1.1. Родитель в глазах Общества	<p>Создание условий для понимания роли общества и транслируемых им установок для формирования образа родительства.</p> <p>Создание условий для активного обсуждения возможных мифов, заблуждений, а также реальных представлений на тему родительства.</p>	<p>Информирование о стереотипных представлениях о родительстве.</p> <p>Обсуждение вариативности образов родителя и подходов к воспитанию в обществе.</p> <p>Организация дискуссионного пространства для критического обсуждения возможных мифов и заблуждений на тему родительства.</p>
	Раздел 1.2. Родитель в глазах собственной семейной системы	Создание условий для знакомства с возможными вариантами семейных систем и особенностями родительских ролей.	<p>Критический анализ образов и образцов родительства из собственной и окружающих семейных систем.</p> <p>Обмен опытом</p>

		<p>Создание условий для оценки собственной семейной систем.</p> <p>Создание условий для возможности критической оценки влияния собственной семейной системы на образ родительства.</p> <p>Рефлексия собственной родительской роли внутри семейной системы.</p>	<p>нахождения и воспитания в различных семейных системах.</p> <p>Формирования навыка взаимодействия внутри семейной системы по вопросам развития и воспитания ребенка.</p> <p>Развитие навыков рефлексии влияния традиционных установок на формирование личного родительского опыта.</p>
	<p>Раздел 1.3. Внутренний образ родительства: ожидания и реальность</p>	<p>Создание условий для разделения собственного уникального образа родителя с образами, транслируемыми общественным мнением.</p> <p>Создание условий для рефлексии собственных представлений о</p>	<p>Выделение и определение представлений о собственном родителстве.</p> <p>Рефлексия переживаний, связанных с внутренним образом родительства.</p> <p>Создание</p>

		<p>родительстве.</p>	<p>пространства для обмена родительским опытом.</p> <p>Развитие навыков рефлексии степени влияния общественного мнения на формирование внутреннего образа родителя.</p>
	<p>Раздел 1.4. Создание и интеграция представления о “достаточно хорошем родителе”</p>	<p>Создание условий для формирования целостного представления о собственном родительстве и преодоления общественной и внутрисемейной мифологизации.</p>	<p>Рефлексия меры ответственности родителя, вины, стыда, ответственности и его роль в жизни ребенка.</p> <p>Создание условий для конструктивного обсуждения между родителями находок, успехов и промахов в воспитании ребенка.</p> <p>Интеграция представления о «достаточно хорошем родителе».</p>

<b>Модуль II. Родитель и ребенок</b>	<p>Раздел 2.1. Представления о ребенке и существующих системах воспитания</p>	<p>Создание условий для рефлексии и критической оценки существующих представлений о ребенке младшего школьного возраста</p> <p>Сравнение и переоценка существующих систем воспитания.</p>	<p>Обзор и обсуждение общественных представлений о ребенке младшего школьного возраста (7-10 лет).</p> <p>Повышение психологической грамотности родителей.</p> <p>Информирование о местах и способах получения необходимых знаний.</p> <p>Обучение навыку проведения сравнительной оценки противоречивой информации и формированию собственного взгляда на проблематику.</p>
	<p>Раздел 2.2. Закономерности развития детей младшего школьного возраста (7-10 лет)</p>	<p>Повышение информированности родителей об особенностях развития детей младшего школьного возраста</p>	<p>Ознакомление родителей с основами психологии младшего школьного возраста.</p>

		Создание условий для выделения и обсуждения проблематики младшего школьного возраста.	Создание дискуссионного пространства, направленного на обсуждение актуальных проблем родителей, обмен опытом и ассимиляцию новых знаний.
	Раздел 2.3. Роль родителя в преодолении трудностей младшего школьника	Обсуждение с родителями вопросов их роли в преодолении трудностей младшего школьника.  Создание условий для рефлексии переживаний родителя, связанных с проблематикой младшего школьного возраст.  Обмен между родителями опытом собственных удач и ошибок в воспитании.	Информирование родителей о различных ролевых моделях взаимодействия родителя и ребенка в кризисных ситуациях.  Обсуждение вопросов и проблем, связанных с адаптацией к школе.  Помощь в построении тайм-менеджмента ребенка.
<b>Модуль Ш. Ребенок в</b>	Раздел 3.1. Кризис семьи с ребенком младшего школьного возраста и выход	Создание условий для информирования родителя о возможной	Ознакомление с особенностями кризиса младшего

	<p>из кризиса</p>	<p>специфике отношений между родителем и ребенком младшего школьного возраста.</p> <p>Создание условий для признания уникальности личности ребенка.</p> <p>Создание условий для формирования целостного образа ребенка младшего школьного возраста с опорой на собственный родительский опыт и представление о себе как о родителе.</p> <p>Создание условий для рефлексии реальных отношений в системе родитель-ребенок.</p>	<p>школьного возраста и его этапами.</p> <p>Обсуждение вариантов прохождения и выхода из кризиса младшего школьного возраста.</p> <p>Дискуссия на тему возможных изменений семейной системы с ребенком младшего школьного возраста.</p> <p>Ассимиляция полученных знаний и интеграция представлений о реальных взаимоотношениях внутри семьи.</p>
	<p>Раздел 3.2. Уникальное место каждого в семье. Договоренности</p>	<p>Создание условий для понимания границ совместного эмоционально-психологического пространства родителя и ребенка.</p> <p>Создание условий для</p>	<p>Информирование о важности создания совместного и сохранения уникального личного пространства в семье.</p> <p>Обмен личным</p>

		<p>рефлексии необходимости формирования и сохранения уникального личного пространства всех членов семьи.</p>	<p>опытом родителей об устройстве пространства внутри семьи.</p> <p>Освоение новых способов взаимодействия внутри семьи.</p> <p>Практические рекомендации по выстраиванию пространства внутри семьи с младшим школьником.</p> <p>Организация активного слушания по методу Т. Гордона</p>
	<p>Раздел 3.3. Социализация младшего школьника. Роль родителей и социальных институтов.</p>	<p>Создание условий для рефлексии роли родителя в социализации ребенка.</p> <p>Создание условий для рефлексии роли общества и социальных установок в формировании отношений между родителем и ребенком.</p>	<p>Определение границ влияния родителя на взаимоотношения между ребенком и различными общественными институтами.</p> <p>Дискуссия на тему роли школы в развитии ребенка, а также роли родителя в организации</p>

		<p>Создание условий для рефлексии роли школы в формировании личности ребенка, а также места родителя в системе ребенок-школа, ребенок-образование.</p> <p>Создание пространства для обсуждения практических проблем, связанных с адаптацией ребенка к школе.</p>	<p>отношений ребенок-школа. Кому нужна учеба? Кто за нее ответственен?</p> <p>Рефлексия собственных переживаний и потребностей родителей, связанных с образованием детей.</p> <p>Ситуация реализации детьми родительских желаний и надежд, и ее влияние на развитие ребенка.</p> <p>Предоставление практических рекомендаций и упражнений, направленных на решение проблем адаптации к школе (эмоциональная готовность, успеваемость, взаимоотношения со сверстниками, подготовка домашних заданий, взаимодействие с</p>
--	--	--	--

			учителями).
	Раздел 3.4. Роль современных технологий в социализации ребенка	<p>Повышение информированности родителей о влиянии различных современных технологий на развитие ребенка.</p> <p>Определение роли родителей в регуляции способов и качества взаимодействия ребенка с современными технологиями.</p> <p>Повышение информированности о критериях игровой и интернет зависимости.</p>	<p>Информирование родителей о влиянии различных современных технологий на развитие ребенка.</p> <p>Обучение родителей способам регуляции взаимодействия ребенка с современными технологиями (интернет, сотовая связь, игровые приставки и прочие мобильные технологии).</p> <p>Обучение распознаванию интернет и игровой зависимостей.</p>
<b>Модуль IV. Интеграция представлений о родителе,</b>	Раздел 4.1. Родитель младшего школьника: возможности и ограничения	Создание условий для формирования образа реального уникального родителя с полным спектром возможностей и ограничений.	<p>Дискуссия об образе реального родителя с опорой на индивидуальный родительский опыт.</p> <p>Организация пространства для</p>

			<p>принятия собственных возможностей и ограничений в вопросах родительства.</p> <p>Организация пространства для отделения внутреннего образа родительства от общественных представлений и установок собственной семейной системы.</p>
Раздел 4.2. Толерантность к неопределенности динамики младшего школьного возраста	<p>Создание условий для рефлексии реальности нестабильности и изменчивости личности и отношений с ребенком младшего школьного возраста.</p> <p>Овладение способами принятия и совладания с ситуацией неопределенности в отношениях родитель-ребенок.</p>	<p>Дополнительное обсуждение вопросов особенностей развития детей младшего школьного возраста.</p> <p>Рефлексия собственных переживаний родителей при столкновении с ситуациями неопределенности в отношениях с</p>	

			ребенком.  Организация пространства для получения нового опыта проживания ситуаций неопределенности.
Заключение		Ассимиляция и интеграция полученного опыта	Создание пространства для интеграции и ассимиляции полученного опыта

## Учебно-тематический план

Учебно-тематический план программы обучения для родителей, нацеленной на повышение их собственной родительской компетентности

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего, час	В том числе	
			лекции	практические занятия
1	Модуль I, Родитель и Общество	18 ак.ч	4,6	13,4
2.	Раздел 1.1. Родитель в глазах Общества	4 ак.ч	60 мин	120 мин
3.	Раздел 1.2. Родитель в глазах собственной семейной системы	4 ак.ч	-	180 мин
4.	Раздел 1.3. Внутренний образ родительства: ожидания и реальность	4 ак.ч	-	180 мин
5.	Раздел 1.4. Создание и интеграция представления о “достаточно хорошем родителе”	4 ак.ч	45 мин	135 мин
6.	Модуль II. Родитель и Ребенок	18 ак.ч	9	9
7.	Раздел 2.1. Представления о ребенке и существующих системах воспитания	4 ак.ч	90 мин	90 мин
8.	Раздел 2.2. Закономерности развития детей младшего школьного возраста (7-10 лет)	6 ак.ч	180 мин	90 мин
9.	Раздел 2.3. Роль родителя в преодолении трудностей у младшего школьника	8 ак.ч	135 мин	225 мин
11.	Модуль III. Ребенок в семье и обществе	22 ак.ч	14	8
12.	Раздел 3.1. Кризис семьи с ребенком младшего школьного возраста и выход из кризиса	5 ак.ч	135 мин	90 мин

13.	Раздел 3.2. Уникальное место каждого в семье. Договоренности.	5 ак.ч	90 мин	135 мин
14.	Раздел 3.3. Социализация младшего школьника. Роль родителей и социальных институтов	8 ак.ч	225 мин	135 мин
15.	Раздел 3.4. Роль современных технологий в социализации ребенка	4 ак.ч	180 мин	-
16.	Модуль IV. Интеграция представлений о родителе, ребенке и их взаимодействии	12 ак.ч	3 ак.ч	7 ак.ч
17.	Раздел 4.1. Родитель младшего школьника: возможности и ограничения	4 ак.ч	45 мин	135 мин
18.	Раздел 4.2. Толерантность к неопределенности динамики младшего школьного возраста	6 ак.ч	90 мин	180 мин
19.	Раздел 4.3. Заключение	6 ак.ч		
Итого:		72 ак.ч		

### Календарный график

Очные занятия рекомендуется проводить дважды в неделю.

Рекомендованная длительность каждого модуля составляет 36 академических аудиторных часов. Рекомендованная продолжительность одного занятия – 4-6 академических часов. Рекомендованная частота – 2 раза в неделю.

Рекомендованный график проведения очных занятий:

Неделя	Недели обучения															
	1-я		2-я		3-я		4-я		5-я		6-я		7-я		8-я	
Номер модуля	1	1	1	1	2	2	2	15	3	3	3	3	4	4	4	4

Предлагаемый график может использоваться в качестве рабочего при дополнении его датами и временем проведения занятий.

### **Общие рекомендации по использованию учебно-методических пособий**

Целевой аудиторией данной программы являются родители детей младшего школьного возраста (7-10 лет) и специалисты, планирующие работу с такими родителями. Модули программы могут быть использованы как последовательно, так и в качестве отдельных программ, соответствующих потребностям, выбранной целевой аудитории. Общей задачей и целью всей программы является работа по увеличению психологической информированности родителей, развитию навыков рефлексии уникального образа родителя, повышению самооэффективности и способности к саморегуляции, помощи в решении сложных вопросов и проблем, связанных с взаимодействием в паре родитель-ребенок.

#### **Вводное упражнение программы:**

*Задача:*

Знакомство с группой, сбор ожиданий, информирование о структуре курса.

*Ход упражнения:*

Участники по очереди представляются, рассказывают о своих ожиданиях о курсе, называют свой возраст, семейное положение, информацию о наличии, количестве и возрасте детей, делятся другим важным для участия в группе опытом. Далее ведущий рассказывает участникам о цели программы, ее структуре и правилах. Объясняются правила поведения на группе, важность активного участия (выполнение домашних заданий, активное участие в дискуссионных группах и т.д.), права и обязанности участников (сохранение конфиденциальности информации каждого из участников, правило «Стоп», возможность отказаться от выполнения заданий, правила опоздания и пропуска занятий).

Высказывания участников модерируются ведущим, который должен следить за соблюдением отведенного времени для знакомства, включенностью каждого из членов группы, соблюдением правил группы.

## МОДУЛЬ I. Родитель и общество

### *Цель модуля:*

Первый модуль нацелен на родителей с высокой тревожностью и ориентацией на общественное мнение. Задачами данного модуля являются помощь в обретении собственной родительской позиции на темы воспитания ребенка и выстраивания внутрисемейного пространства. Также этот модуль будет полезен родителям, которым сложно выделить собственное представление о развитии и воспитании ребенка от представлений старшего поколения собственной семьи, что может приводить как к «слепому» следованию рекомендациям, так и к неоправданному игнорированию различного рода помощи со стороны старшего поколения.

### Раздел 1.1. Родитель в глазах Общества

(4 часа)

#### **1. Лекция «Представления о родительстве и существующих системах воспитания в современном обществе» (60 минут)**

##### *Задача:*

Информирование участников о существующих представлениях о родительстве и современных системах воспитания.

##### *Лекция:*

В лекции должен быть дан обзор представлений о родительстве и существующих системах воспитания.

Ведущему важно осветить понятие традиционной и современной семьи; авторитарного, попустительского и демократического стилей воспитания; сделать особенный акцент на разнице детоцентристской и традиционной семейных систем. Важно не просто называть стили и варианты семейных отношений и подходов к воспитанию, но и пояснять, какое значение несет под собой тот или иной стиль, как их можно наблюдать в реальной ситуации взаимодействия.

Хорошей основой для такой лекции, например, может «Психология семьи и семейного воспитания: конспекты лекций» Жукова М.В., Запорожец В.Н., Шишкина К.И. Основываясь на ней, можно подробнее остановиться на понятии «родительская позиция»

(ее адекватности, гибкости, прогностичности) и ее вариантах в интерпретации разных авторов (А.Я. Варги, В.Н. Дружинина, А.С. Макаренко, А.С. Спиваковской и пр.).

Также более подробно можно остановиться на вариантах родительских стилях воспитания и основаниях, лежащих в них. Например, А.И. Захаров определяет следующие параметры воспитательного процесса: – интенсивность эмоционального контакта родителей по отношению к детям: гиперопека, опека, принятие, непринятие; – параметр контроля: разрешительный, допускающий, ситуативный, ограничительный; – последовательность – непоследовательность; – аффективная устойчивость – неустойчивость; – тревожность – нетревожность.

*Результат:*

Создание и расширения представлений о родительстве, стилях и подходах к воспитанию.

## **2. Дискуссия на тему лекции (30 минут)**

*Задача:*

Ассимиляция знаний, полученных на лекции. Создание пространства для обсуждения темы, заданной в лекции, с опорой на собственное мнение каждого из участников.

*Ход упражнения:*

Ведущий просит участников разделиться на малые группы (по 4-5 человек) и дает следующую инструкцию. «У вас будет полчаса, чтобы обсудить, услышанное на лекции. Возможно, с чем-то из услышанного вы согласны, а с чем-то – наоборот. Скорее всего, у вас тоже есть представление о том, как современное общество думает об «идеальном» родителе или «наиболее эффективной» системе воспитания. Пожалуйста, поделитесь друг с другом своими соображениями на эту тему. Старайтесь услышать друг друга. Возможно, чье-то мнение покажется вам неверным или вам покажется, что неправы вы сами. Но ваша задача постараться увидеть многообразие разных взглядов, не критикуя их и не принимая в качестве абсолютно истинных. В конце постарайтесь записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник Участника» (далее: «Дневник», подробнее в методических рекомендациях).

*Резюме:*

В современном обществе существует многообразие мнений относительно образа родителя и систем воспитания. Современному родителю необходимо найти среди этого

многообразия те, которые он может принять, ассимилировать и, опираясь на них, сформировать образ внутреннего родителя.

### **3. Упражнение «Адвокат» (45 минут)**

*Задача:*

составить список плюсов и минусов различных систем воспитания.

*Ход упражнения:*

Продолжается работа в тех же малых группах, что и в предыдущем упражнении. Участники выбирают две различные системы воспитания из обсужденных в лекции. Половина участников группы принимают сторону одной из них, вторая половина – другой. Желательно, чтобы один из участников группы выполнял функцию секретаря, записывая плюсы и минусы систем воспитания в бланк (см. Приложение). Если размер группы не позволяет выделить отдельного участника для этих целей (то есть он меньше 5 человек), такой бланк заполняет любой из членов группы по желанию. Каждой из подгрупп предоставляется 10-15 минут, чтобы раскритиковать систему воспитания, выбранную оппонентом. При этом команда, чью систему воспитания критикуют, должна найти аргументы в пользу этой системы и отстоять целесообразность ее использования в реальной жизни. В конце упражнения отводится 10-15 минут, чтобы сравнить полученные бланки с другими командами и записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

*Резюме:*

Формирование у родителей представления о сильных и слабых сторонах каждой из систем воспитания.

### **4. Упражнение «Групповой рисунок родительства» (45 минут)**

*Задача:*

Ассимиляция полученных знаний и опыта предыдущих упражнений, формирование группового портрета, олицетворяющего представление о родительстве в его многообразии.

*Ход упражнения:*

Упражнение выполняется одновременно всеми участниками группы. Для его выполнения ведущий предоставляет листы бумаги формата А2 или больше, подборку журналов, газет и другой периодики, цветную бумагу, карандаши, фломастеры, ножницы, клей. Групповой «рисунок» представляет собой коллаж, созданный совместно всеми участниками. Ведущий дает участникам следующую инструкцию: «Перед вами чистый

лист бумаги. Вам необходимо, договорившись, сделать общий коллаж, отражающий различные представления о родительстве и системах воспитания. Пожалуйста, постарайтесь отразить не только то, что вам лично нравится, но и спорные для вас представления. Вы можете изобразить в коллаже своё личное отношение к тому или иному представлению, но важно отразить их максимальное количество». На создание коллажа отводится 30-35 минут. После этого необходимо провести финальное обсуждение (10-15 минут) со сбором откликов о наиболее затронувших участников моментах и записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

*Резюме:*

Формирование общей картины представлений о родительстве и системах воспитания. Рефлексия собственного отношения к различным аспектам поднятого вопроса.

#### **5. Домашнее задание «Составление списка стереотипов о воспитании»**

*Задача:*

Закрепление и ассимиляция, полученного на очных занятиях опыта.

*Ход упражнения:*

Участников просят опросить своих знакомых на тему их представлений о существующих стереотипах в воспитании. Возможный вопрос: «Как вы считаете, какие стереотипы о воспитании сейчас есть в обществе?». Ответы необходимо записать и проанализировать. Выводы записать в «Дневник».

*Резюме:*

Формирование списка стереотипов о воспитании, существующих в ближайшем окружении участника.

### **Раздел 1.2. Родитель в глазах собственной семейной системы**

(4 часа)

#### **1. Работа в малых группах. «Семейные системы. Сходства и различия во взглядах на родительство. Личный опыт» (45 минут)**

*Задача:*

На примере опыта участников рассмотреть различные варианты и стереотипы, связанные с родительством и системами воспитания ребенка.

*Ход упражнения:*

Ведущий просит участников разделиться на малые группы (по 4-5 человек) и дает следующую инструкцию: «Вспомните, пожалуйста, какой подход к воспитанию был принят в семье ваших родителей. Какие рекомендации старшее поколение вашей семьи дает вам, как молодому родителю? Каким из них вам просто следовать и почему? Каким сложно? Какие переживания вы испытываете, когда сталкиваетесь с системой родительства и воспитания детей, которой вам сложно следовать или которой вы следовать не хотите? Обсудите эти вопросы внутри группы и постарайтесь сделать и записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

*Резюме:*

Формирование представления о многообразии семейных систем и подходов к воспитанию. Рефлексия собственного опыта взаимодействия со своей семейной системой.

## **2. Упражнение «Семейная путаница» (60 минут)**

*Задача:*

Искусственно перемешать различные семейные роли и подходы к воспитанию и организовать участников в группы, созданные из несочетаемых ролей. Познакомить участников с достоинствами и недостатками различных ролей и подходов к воспитанию.

*Ход упражнения:*

Оптимальное количество участников для данного упражнения – 5 человек. Участникам перед началом упражнения предлагается вытянуть по три карточки (одну из первого набора и две – из второго, см. «Приложение»). В первом наборе карточек (6 штук) записаны три типа семейных отношений по К. Киркпатрику: традиционные, товарищеские, партнерские отношения (по 2 карточки каждого типа). Во втором наборе карточек представлены 14 типов семейного воспитания по А.И. Захарову: гиперопека, опека, принятие, непринятие, разрешительный стиль, допускающий, ситуативный, ограничительный, последовательный, непоследовательный, аффективно устойчивый и неустойчивый, тревожный, нетревожный. Ведущий еще раз объясняет значение каждого из стилей. После этого участникам предлагается вытянуть еще по одной карте из третьего набора (всего 5 карт: мать, отец, бабушка, дедушка, ребенок). Ведущий дает участникам

следующую инструкцию: «У вас будет полчаса, чтобы пожить в получившейся семье. Кто-то из вас будет выполнять роль матери, кто-то – отца, и так далее. Постарайтесь в своей роли придерживаться тех стилей и принципов воспитания и взаимодействия внутри семьи, которые написаны у вас на карточках. За отведенное время вам необходимо будет договориться о принципах и правилах воспитания ребенка». Главное идеей упражнения является несочетаемость членов семьи друг с другом, мы искусственно создаем «путаницу» семейных стилей и ролей, чтобы выделить сильные и слабые их стороны. В конце упражнения необходимо обсудить с участниками их впечатления и попросить записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

*Резюме:*

Более подробное знакомство с семейными ролями и стилями воспитания.

### **3. Упражнение-тренинг. «Критикуем конструктивно» (45 минут)**

Задача:

Ход упражнения:

Ведущий в течение 10 минут рассказывает о 7 принципах конструктивной критики:

- создание атмосферы доверия;
- передача слова критикуемому;
- необходимость похвалить;
- акцент на том, что надо улучшить, а не на том, что это плохо;
- критика «по делу», конкретность;
- критика поведения, а не человека;
- подведение итогов.

После объяснения принципов конструктивной критики участникам предлагается разделиться на группы по 3 человека и, выслушав точку зрения на воспитание одного из них, конструктивно покритиковать ее, опираясь на принципы, озвученные ведущим. Третий человек в группе должен следить, чтобы критика оставалась в рамках конструктивной и прерывать других участников, если они перестают соблюдать озвученные принципы. На весь процесс отводится 10 минут. Потом участники меняются местами и процесс повторяется.

*Резюме:*

Формирование навыка конструктивной критики оппонента.

#### **4. Упражнение «Целое и часть» (интеграция опыта) (30 минут)**

*Задача:*

Разделить собственные представления о родительстве и представления о родительстве, доставшиеся от семейной системы.

*Ход упражнения:*

Работа происходит в большой группе. Каждый участник должен ответить на 2 вопроса. Каким родителем меня видят мои родители? Какой я родитель рядом со своими родителями? Какой я родитель сам по себе? Ведущий должен попросить ответить на каждый из этих вопросов двумя-тремя словами (используя существительные и/или прилагательные) В конце упражнения необходимо предложить записать для себя выводы по итогам обсуждения в «Дневник».

*Резюме:*

Развитие рефлексии восприятия собственного родительства.

#### **Раздел 1.3. Внутренний образ родительства: ожидания и реальность (4 часа)**

##### **1. Упражнение «Карта» (45 мин)**

*Задача:*

Формирование карты представлений о внутреннем родительстве.

*Ход упражнения:*

В ходе упражнения ведущий предлагает участникам заполнить табличку на флипчарте, состоящую из двух столбцов. Первый – ожидания от родительства (позитивные или правильные). Второй – реальность (то, с чем на самом деле приходится сталкиваться: позитивное и негативное). Упражнение необходимо выполнять в течение долгого времени (40-45 минут). Если у участников закончились идеи, необходимо предложить им обсудить полученное дополнительно и попробовать пофантазировать и записать еще несколько ожиданий или описаний реальности.

*Резюме:*

Формирование карты представления о внутреннем родителстве, состоящей из ожиданий и реальных элементов. Рефлексия различий между ожиданиями и реальностью.

## **2. Упражнение «Ледоход» (45 мин)**

*Задача:*

Поиск причин, по которым невозможно достижение ожидаемого внутреннего образа родителя.

*Ход упражнения:*

Из списка ожиданий, сформированного в прошлом упражнении необходимо выбрать те, которые максимально подходят каждому конкретному участнику. Потом ведущий просит сформулировать те препятствия, которые, по мнению участников, мешают реализовать озвученные ожидания. Выбранные ожидания и препятствия записываются каждый на отдельный лист (формат А4) и раскладываются на полу через один (препятствие-ожидание-препятствие-ожидание). Участнику предлагается пройти путь полностью, отмечая для себя, что именно помогало ему преодолевать то или иное препятствие. Полученные выводы можно записать для себя в «Дневник».

*Резюме:*

Формирование представления о препятствиях для достижения ожидаемого внутреннего образа родительства.

## **3. Дискуссия «Что мешает ожиданиям стать реальностью?» (45 мин)**

*Задача:*

Ассимиляция опыта, полученного в ходе упражнения №2 данного раздела программы.

*Ход упражнения:*

Групповая дискуссия на тему «Что мешает ожиданиям стать реальностью?»

*Резюме:*

Формирование представления о препятствиях для достижения ожидаемого внутреннего образа родительства.

## **4. Упражнение «Мосты» (интеграция опыта) (45 минут)**

*Задача:*

Ассимиляция опыта по формированию внутреннего образа родителя.

*Ход упражнения:*

Ведущий предлагает участникам написать на отдельных листах бумаги (А4) те способы преодоления препятствий, который каждый из участников сформулировал для себя в прошлых упражнениях. После чего ведущий предлагает участникам разделиться на группы по 3-4 человека. В группах участники последовательно раскладывают на полу листы со своими ожиданиями, препятствиями и способами их преодоления («мосты»). Во время прохождения всего пути участники комментируют свой путь другим членам группы и выслушивают их ответные комментарии. По итогам упражнения ведущий рекомендует записать выводы в «Дневник».

*Резюме:*

Формирование опыта внутреннего родителя и рефлексия способов его интеграции.

Раздел 1.4. Создание и интеграция представления о “достаточно хорошем родителе”  
(4 часа)

**1. Мини-лекция «Понятие о «достаточно хорошей матери» Д. Винникота» (45 минут)**

*Задача:*

Информирование участников и понятия «достаточно хорошая мать» и формулировка понятия «достаточно хороший родитель»

*Лекция:*

В лекции ведущий дает обзор представлений о «достаточно хорошей матери» как его давал Д. Винникот. А также формулирует совместно с аудиторией возможное определение «достаточно хорошего родителя». Далее приводятся главы из книги Д. Винникота «Маленькие дети и их матери», на которые ведущий может ориентироваться во время чтения лекции.

«<...> женщин безотвязно не поглощает мысль о том, что их обязанность — ухаживать за детьми. Они играют в гольф, бывают полностью поглощены работой, им вполне удаются разные мужские занятия: проявлять безответственность, считать все само собой

разумеющимся, тратить время на автомотогонки. Это их “понедельник”, “вторник”, “среда”, “четверг” — если прибегнуть к аналогии с цветами для алтаря.

Но однажды они обнаруживают, что стали хозяйками при новых человеческих существах, решивших поселиться под их крышей и, как Роберт Морли в пьесе “Человек, который пришел к обеду”, предъявляющих требование за требованием; только когда-нибудь в отдаленном будущем они вновь обретут мир и покой, вновь получают возможность для самовыражения более непосредственным образом. В эти же долгие “пятницу”, “субботу”, “воскресенье” женщины выражают себя через идентификацию с тем, что при благоприятных обстоятельствах станет младенцем, который у них родится, и затем обретет независимость и примется кусать кормящую его руку.

К счастью, у женщин есть девять месяцев, чтобы постепенно переключиться с одной формы эгоизма на другую. Нечто похожее происходит и с отцами, а также с теми, кто решил стать приемными родителями. Они обдумывают саму возможность усыновления, добиваются ее осуществления, но момент “материализации” ребенка иногда сопровождается разочарованием: люди уже не уверены, что они его хотят <...>.

Но природа распорядилась так, что младенцы не выбирают себе матерей. Младенцы просто “являются” к ним, а матерям отпущено время, чтобы переориентироваться. У матери есть несколько месяцев, чтобы привыкнуть к тому, что теперь ее ориентиром будет не солнце на востоке, а нечто в самом центре ее существа (или этот центр несколько смещен?).

Как вы знаете (и, я думаю, каждый согласится со мной), обычно женщина вступает в фазу — из которой обычно выходит через несколько недель или месяцев после родов, — когда она в высокой степени является своим младенцем, а ее младенец — ею самой. И здесь нет никакой мистики. В конце концов, она когда-то была грудным ребенком и в ней живет память о своем младенчестве, а также память о том, как о ней заботились. Эти воспоминания служат либо подспорьем, либо помехой для ее собственного материнского опыта.

Я думаю, что ко времени появления ребенка на свет мать — если о ней достаточно заботится муж или государство, или и муж, и государство, — готова действовать, прекрасно зная нужды ребенка. Я говорю не о том, что она знает, голоден ребенок или нет, и другие простейшие вещи; я имею в виду те многочисленные тонкости, для которых только мой друг поэт сумел бы найти верные слова. <...>

Все эти действия матери совершенно незначительны, но, повторяемые раз за разом, они дают ребенку основу способности ощущать себя реально существующим. С этой способностью ребенок может смело встретиться с миром, или, я мог бы сказать, — устремляться вперед в унаследованном им процессе взросления.

Когда эти условия созданы — обычно так и бывает, — у ребенка появляется возможность развить способность испытывать чувства, которые в какой-то мере соответствуют чувствам, испытываемым матерью, идентифицирующей себя с ним, или лучше сказать, полностью отдающей себя ребенку и заботе о нем.

Через три или четыре месяца после рождения ребенок может быть способен продемонстрировать, что он знает, что это такое — быть матерью, то есть матерью в ее состоянии “преданности” (“посвященности”) чему-то, то есть когда она фактически не является самой собой.<...>

Приходит время, когда ребенку становится необходимо, чтобы мать потерпела “неудачу” в своих стараниях приспособиться к нему. Эта “неудача” — тоже постепенный процесс, о котором не узнать из книг. Человеческому детенышу было бы скучно по-прежнему ощущать себя всемогущим, когда уже сформировался “аппарат”, позволяющий справляться с фрустрацией и относительным несовершенством окружения. Большое удовлетворение доставляет гнев — при условии, что не ведет к отчаянию.<...>

Но мы должны быть способны видеть этиологию и, если необходимо, констатировать, что некоторые неудачи процесса развития, с которыми мы встречаемся, проистекают из неудачи матери при попытке быть “обычной преданной матерью” (или, другими словами, из отсутствия “фактора обычной преданной матери”) в определенный момент или на протяжении целой фазы развития. Это не имеет ничего общего с моральной ответственностью. Это совсем иная тема»

## **2. Упражнение «Групповой коллаж» (60 минут)**

*Задача:*

Сформировать и визуализировать представление о «достаточно хорошем родителе». Выявить спорные моменты данного понятия для каждого из участников.

*Ход упражнения:*

Упражнение выполняется одновременно всеми участниками группы. Для его выполнения ведущий предоставляет листы бумаги формата А2 или больше, подборку журналов, газет и другой периодики, цветную бумагу, карандаши, фломастеры, ножницы, клей. Групповой «рисунок» представляет собой коллаж, созданный совместно всеми участниками. Ведущий дает участникам следующую инструкцию: «Перед вами чистый лист бумаги. Вам необходимо, договорившись, сделать общий коллаж, отражающий ваше представление о «достаточно хорошем родителе». На создание коллажа отводится 30-35 минут. После этого необходимо провести финальное обсуждение (10-15 минут) со сбором откликов о наиболее затронувших участников моментах и записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

*Резюме:*

Рефлексия представления о «достаточно хорошем родителе». Начало соизмерения этого образа с собственным представлением о приемлемых системах родительства и воспитания.

### **3. Упражнение «Своё место» (30 минут)**

*Задача:*

Формирование собственного уникального представления о своем родительстве.

*Ход упражнения:*

Упражнение проводится с использованием группового коллажа (упражнение №2 данного раздела). Участникам предлагается в течение 10-15 минут внимательно изучить коллаж и найти на нем «своё место», место, в котором они чувствуют максимально уверенно и спокойно. В течение следующих 10-15 минут участникам в малых группах (4-5 человек) необходимо обсудить, почему они сделали именно такой выбор и каким родителем в выбранной точке себя ощущают. В конце необходимо записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

*Резюме:*

Рефлексия собственного уникального образа родителя.

### **4. Презентация. «Достаточно хороший родитель во мне» (интеграция опыта) (45 минут)**

*Задача:*

Интеграция опыта, полученного в ходе занятий данного модуля. Формирование устойчивого представления о собственном родителстве, дифференцированного от образа родительства в общественных представлениях и представлениях собственной семейной системой.

*Ход упражнения:*

Участникам предлагается публично презентовать сложившееся у них представление о собственном уникальном образе родителя. Во время презентации ведущий может рекомендовать пользоваться записями «Дневника». В зависимости от размера группы на презентацию может отводиться от 3 до 5 минут.

*Резюме:*

Ассимиляция опыта, полученного во время занятий данного модуля

## МОДУЛЬ II. РОДИТЕЛЬ И РЕБЕНОК

Цели раздела:

Участие в работе второго модуля может оказаться полезным для родителей, задумывающихся о различных системах воспитания и выбирающих для себя лучший вариант взаимодействия с ребенком младшего школьного возраста, учитывая его возрастные особенности и новое социальное окружение. Так же на этом этапе родителям может оказаться очень полезна информационная и эмоциональная поддержка в преодолении эмоционального дискомфорта, тревогу и непонимание в случаях давления со стороны социального окружения (например, школьных институтов).

На занятиях Раздела 2.1. «Представления о ребенке и существующих системах воспитания» участники программы смогут ознакомиться с разными подходами к воспитанию младших школьников, научиться самостоятельно искать и оценивать найденную информацию, формулировать собственное мнение по вопросам.

Посещение занятий раздела 2.2. «Закономерности развития детей младшего школьного возраста (7-10 лет)» можно рекомендовать родителям, которым важно обогатиться знаниями о возрастной психологии, получить инструменты для ассимиляции полученных знаний в повседневную жизнь и обменяться имеющимся опытом с другими родителями.

Раздел 2.3. «Роль родителя в преодолении трудностей младшего школьника» рекомендуется родителям, испытывающим потребность получить знания о том, как помочь ребенку адаптироваться к школе, как организовать день школьника, помочь ему сделать первые шаги к самостоятельности и ответственности; научиться справляться со стрессом от общения с школьной администрацией и т.д.

Участие в занятиях данного блока поможет родителям получить не только новую информацию о явлениях данного возраста, но и обсудить проблемные вопросы с другими родителями и квалифицированными специалистами, а также в ходе практических упражнений освоить новые навыки поведения в сложных и конфликтных ситуациях.

## Раздел 2.1. Представления о ребенке и существующих системах воспитания (6 ак. часов)

*Цели раздела:*

- Создание условий для рефлексии и критической оценки существующих представлений о ребенке младшего школьного возраста
- Сравнение и переоценка существующих систем воспитания

### **1. Мини-лекция, направленная на обзор основных систем воспитания (45 минут)**

*Задача лекции:*

Определение и краткий обзор развития концепций воспитания, присущих западному и посткоммунистическим обществам, сравнительный обзор детоцентристской и патриархальной парадигм в педагогике и психологии, введение в проблематику раздела 2.1.

*Ход лекции:*

Ведущий начинает с определения воспитания и описания разных его видов (умственное, нравственное, эстетическое, физическое, политехническое, трудовое и др.). Обращает внимание на различные задачи того или иного вида и процесс. Здесь важно отметить, что воспитательный процесс после поступления в школу становится еще и частью целостного педагогического процесса, который объединяет обучение и воспитание. Психологическая сущность процесса воспитания младшего школьника состоит в переводе ребенка из одного состояния в другое, и с позиций психологии воспитание есть процесс перевода внешнего по отношению к личности опыта, знаний, ценностей, норм, правил во внутренний психический план личности, в ее убеждения, установки, поведение.

Далее рассмотреть различные психолого-педагогические концепции воспитания – **прагматическую**, основным результатом в которой видится человек, способный выжить, эффективный работник, ответственный гражданин и разумный потребитель; **гуманистическую** – основной задачей которой является оказание помощи личности в реализации всех заложенных в ней способностей и талантов, в осуществлении ею собственного «Я»; **детоцентристскую** – согласно которой интересы семьи концентрируются исключительно на ребенке, его интересах и желаниях; **патриархальную** -

А также стили – **авторитарный, демократический, либеральный, индифферентный.**

В завершении лекции оставляем 10 минут на вопросы слушателей.

## **2. Дискуссия о различных системах воспитания и практическое упражнение «Да, но» (70 минут)**

*Задача:*

Закрепление материала лекции, обучение критическому анализу полученной информации, создание дискуссионного пространства для обмена опытом реального родительства.

*Ход дискуссии:*

Группу участников делим на мини группы по 4-5 человек. По возможности делим по принципу приверженности к тому или иному стилю воспитания или парадигме. Каждой группе дается задание – обсудить и выявить сильные стороны «своего» подхода и слабые стороны остальных, опираясь на собственный опыт взаимодействия с детьми. На этот этап выделяется 25-30 минут.

Далее следует игра «Да, но». Начинает одна из групп, выдвигая сформулированный тезис о пользе своего подхода для развития ребенка. Следующая команда приводит контраргумент, демонстрируя тем самым уязвимые места подхода предыдущей группы. И далее приводит аргумент в пользу своего подхода. На этот этап выделяется 30-40 минут в зависимости от количества групп. Задача вынести в поле группы все основные тезисы, полученные во время обсуждения, и к завершению дискуссии собрать максимально большой обзор подходов и стилей воспитания и вынести в круг идею о том, что идеальных подходов не существует

## **3. Лекция «Где и как искать качественную информацию» (45 минут)**

*Задача лекции:*

Информировать о местах и способах получения необходимых знаний.

*Ход лекции:*

Ведущий сначала обозначает проблематику – с развитием современных технологий нас стало окружать огромное количество информации. На запрос «воспитание» или «совет психолога» крупные поисковые системы выдают миллионы ссылок на различные книги, статьи, публикации, блоги и т.д.; в социальных сетях часто обмениваются ссылками на

психологические статьи и паблики. Перед родителем встает вопрос – по каким признакам определять, насколько достоверна и качественно получаемая информация. Как в магазине или библиотеке выбрать книгу, написанную действительно грамотным автором? Каждый ли научный труд подходит для практического применения? Как понять, доверять ли рекламируемому тренингу или лекции?

Информационная эвристика призвана помочь достаточно быстро провести избирательный и эффективный поиск при решении конкретных интеллектуальных задач. Уметь быстро и правильно искать в Интернете значит экономить время, владеть достоверной и актуальной информацией, а значит делать верные выводы и принимать правильные решения. В ходе лекции необходимо сделать акцент на изучение особенностей развития и распространения научной информации, рассмотрение основных целей и методов информационного поиска, усвоение основ и восприятие ключевых понятий теории информации, анализ правил построения стратегии поиска и формулирования поискового запроса.

Вторая часть лекции проводится в лекционно-семинарском формате. Ведущий перечисляет критерии оценки

#### **4. Упражнение «Шерлок» (60 мин)**

*Задача:*

Обсудить и отработать полученные в ходе лекции знания. Освоить методы поиска и оценки информации. Обучить навыкам проведения сравнительной оценки противоречивой информации и формированию собственного взгляда на проблематику.

*Ход упражнения:*

Для проведения первой части упражнения ведущий готовит различные примеры психологических статей – пост из социальной сети известного автора, пост низкого качества от начинающего психолога, небольшую научную статью, главу из учебника, вырезку из журнала и т.д. Каждый пример на отдельном листе бумаги. Участники делятся на тройки. Каждой группе выдается набор статей с заданием – оценить каждый образец, насколько ему можно доверять и почему. Сначала рекомендуется внутри группы создать схему анализа, опираясь на лекцию. И далее по этой схеме поставить оценку предложенным ведущим вариантам. На это дается 30 минут и затем в течение 10 минут в большом кругу обсуждаются полученные результаты «исследования».

Вторая часть упражнения нацелена на тренировку навыка поиска информации и оценку эффективности лекционно-семинарского блока по эвристике. Каждому участнику выдается тема, на которую необходимо найти информацию, и чистый лист бумаги. Необходимо написать схему поиска (как будет сформулирован запрос, в каких источниках будете искать, на что обращать внимание).

## **5. Упражнение «Саквояж» (20 минут)**

*Задача:*

Создать условия для рефлексии полученного в ходе освоения раздела опыта. Для ведущего – оценить доступность и эффективность излагаемого материала.

*Ход упражнения:*

Участникам раздаются листы бумаги и предлагается подумать и высказать свое мнение о том, что полезного они уносят с собой с данной встречи? Что они захотят попробовать? Каждое «приобретение» записывается тезисно на листе-«саквояже», чтобы унести их с собой. Когда «саквояж» заполнен, ведущий предлагает вспомнить те вещи, которые показались неправильными, вызвали протест и отторжение в ходе дискуссии. Их записывают на другом листе и сдают ведущему для последующего анализа. Ведущий подводит итог и резюмирует результаты прошедшего раздела.

Записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

## **Раздел 2.2. Закономерности развития детей младшего школьного возраста (4 ак. часа)**

*Цели раздела:*

- Повышение информированности родителей об особенностях развития детей младшего школьного возраста
- Создание условий для выделения и обсуждения проблематики младшего школьного возраста

### **1. Вводное упражнение. Коллаж «Мой ребенок – какой он?» (45 мин)**

*Задача:*

Актуализировать наблюдения и знания о детях 7-10 лет. Обнаружить «белые пятна» в собственном опыте и сформулировать вопросы, ответы на которые хотелось бы получить в ходе лекции.

*Ход упражнения:*

Упражнение проводится в мини-группах по 3-4 человека. Каждой группе выдается лист ватмана и материалы для создания коллажа. Предлагается обсудить в мини-группе свой опыт общения и взаимодействия с детьми 7-10 лет и составить общий «психологический портрет» в виде совместного коллажа, и подготовить презентацию коллажа – рассказ о выявленных в ходе дискуссии особенностях. А также подготовить вопросы к лектору об актуальных потребностях в знаниях психологии детей.

## **2. Лекция «Закономерности развития детей младшего школьного возраста» (120 мин)**

*Задача лекции:*

Ознакомить родителей с основами психологии младшего школьного возраста

*Ход лекции:*

Обзор классических отечественных и зарубежных теорий развития психики детей 7-10 лет. Обзор современных теорий и подходов.

Охватить следующие вопросы:

1. Общая характеристика развития детей младшего школьного возраста. Обратить внимание на особенности опираясь на теории развития Э.Эриксона, Л.С.Выготского, и др.
2. Особенности познавательной сферы детей 7-10 лет
3. Формирование психических новообразований в процессе обучения в школе
4. Особенности нравственного и этического развития
5. Роль рефлексии в развитии личности.

## **3. Закрепляющее упражнение «Три ценности» (15 минут)**

*Задача:*

Создать условия для рефлексии полученных знаний и приобретенного опыта, а также для выявления эффективности и доступности излагаемого материала.

*Ход упражнения:*

Для упражнения необходимо подготовить флипчарт, набор стикеров или цветных листочков для записей и маркеры.

Ведущий предлагает участникам взять пять стикеров (или же маленьких листочков для записей). Инструкция: представьте себе, что вы оказались на необитаемом острове и нашли пещеру с сокровищами. У вас есть возможность

После этого, он предлагает им подумать и высказать свое мнение о том, что полезного они уносят с собой с данной встречи? Что они захотят попробовать? Каждое «приобретение» записывается на стикере и клеится на флипчарт. Ведущий с помощью группы анализирует полученную кучу ценностей и объединяет их по смыслу в группы и завершает тему. Записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

### Раздел 2.3. Роль родителя в преодолении трудностей младшего школьника (8 ак. часов)

*Цели раздела:*

- Обсуждение с родителями вопросов их роли в преодолении трудностей младшего школьника
- Создание условий для рефлексии переживаний родителя, связанных с проблематикой младшего школьного возраста
- Обмен между родителями опытом собственных удач и ошибок в воспитании

#### **1. Вводное упражнение «Мои ресурсы» (30 минут)**

*Задача:*

Настроить участников на работу с темой раздела, помочь актуализировать внутренние ресурсы и опоры, готовность выделять приоритеты и цели в сложных ситуациях.

*Ход упражнения:*

Ведущий предлагает занять удобное устойчивое положение на стуле, расслабиться и прикрыть всем глаза. Далее следует инструкция: «Вспомните событие, когда вы чувствовали себя уверенным, успешным, смелым, целеустремленным. Вспомните место, где это происходило, что вас окружало, какая была погода или температура вокруг, если это помещение, что вы чувствовали при этом, какие эмоции испытывали, переживите вновь то событие и почувствуйте свои ресурсы». Далее участники кратко рассказывают группе о том, что пережили и увидели во время погружения в ресурсное состояние. Ведущий помогает сфокусировать рассказ каждого на источнике своего позитивного чувства (успешности, удачи, уверенности и т.д.). В конце каждого рассказа ведущий совместно с группой дают участнику новое «имя», отражающее актуальный ресурс. («Я тот, кто ... (делает то-то и то-то)» или «Я уверен(а) в себе, когда я ... (делаю то-то и то-то)»). При необходимости и наличии времени можно обсудить полученные результаты.

## **2. Лекция «Быть школьником – легко или сложно?» (90 мин)**

*Задача:*

Информирование родителей о сложностях, сопровождающих обучение в школе, о возрастных кризисах, присущих этому возрасту, а также о различных ролевых моделях взаимодействия родителя и ребенка в кризисных ситуациях.

*Ход лекции:*

Лекция содержит обзор основных трудностей, с которыми сталкивается ребенок 7-10 лет и его родители.

Во-первых, ведущий рассказывает о возрастных кризисах этого периода. Чем обусловлен кризис, как выглядит, как помочь ребенку его пережить, как реагировать.

Во-вторых, трудности, связанные с индивидуальным темпом развития (низкий уровень развития произвольности, внимания, памяти, мышления, неравномерность развития, нейропсихологические проблемы). Важно сделать акцент на отличиях проблем, связанных с особенностями развития от ошибок воспитания.

В-третьих, вопросы адаптации к школе и изменению привычного режима дня и круга общения. Что делать, если в классе неудачный учитель; как защитить ребенка от агрессивных одноклассников; как помочь адаптироваться к коллективу; как перестать бояться учителей и научиться с ними разговаривать. Описать основные ролевые модели в детском коллективе; основные типажи педагогов и способы взаимодействия с ними.

## **3. Модерируемая дискуссия (90 мин)**

*Задача:*

Закрепление материала лекции, создание дискуссионного пространства с обсуждением различий в преодолении кризисных ситуаций в разных моделях воспитания.

Обсуждение вопросов и проблем, связанных с адаптацией к школе. Выявление основных проблем. Выработка набора копинг-стратегий для эффективного взаимодействия родителей с школьной системой, а также для помощи ребенку адаптироваться к ней. Основы тайм-менеджмента, рекомендуемого для школьников.

*Ход упражнения:*

Первая часть упражнения посвящена обсуждению сложных ситуаций во взаимодействии родителей с школьной системой. Выделяем 4 основных блока:

1. Взаимодействие с школьной администрацией (директор, завучи)
2. Взаимодействие с классным руководителями и учителями
3. Взаимодействие с родительским комитетом

#### 4. Подготовка домашних заданий

Участники делятся на 4 группы и каждой группе дается одна из тем и предлагается разыграть сценку, отражающую проблемные места в этом взаимодействии. Далее ведущий короткими лекциями информирует о возможных способах преодоления таких ситуаций.

Вторая часть упражнения посвящается основам тайм-менеджмента для школьников. В форме групповой дискуссии поднять и обсудить следующие задачи:

- научиться чувствовать время (пролетает незаметно, тянется, плохо ощущается). Как контролировать время – будильники, таймометры;
- научиться составлять план по матрице Эйзенхауэра (разделять дела по степени важности и срочности);
- обучать на собственном примере

#### 4. Упражнение на коммуникативные навыки «Бесстрашный лев» (20 минут)

*Задача:*

Научиться справляться с эмоциями в ситуации обвинения, агрессивного разговора, оставаться в сильной уверенной позиции и конструктивно отстаивать свое мнение.

*Ход упражнения:*

Для проведения упражнения взять стимульный материал рисуночной методики фрустрации Розенцвейга. Разделить участников на пары. Каждому участнику выдается три карточки из набора. Первый участник зачитывает ситуацию. Задача второго ответить несколькими способами. Слушающий участник дает обратную связь, отражающую свои чувства по поводу каждого ответа (насколько он был убедителен, в каком чувствовалась твердость и уверенность). Затем меняются ролями. И по окончании в кругу участники делятся впечатлениями и записывают в дневник обнаруженные

#### 5. Круглый стол «Режим дня школьника» (90 минут)

*Задача:*

Создать дискуссионное пространство для обсуждения различных рекомендаций по организации режима дня младшего школьника. Помочь организовать тайм-менеджмент ребенка.

*Ход дискуссии:*

Начать с введения в проблему: многие родители наверняка замечали, что обилие свободного времени и хаос в ежедневном расписании неблагоприятно действует на детей. Часто возникает вопрос – способны ли дети сами организовать свое время или же для

этого требуется обязательное вмешательство со стороны взрослых. Далее предлагается список вопросов для обсуждения в круге и обмена опытом и идеями:

1. Почему все время кажется, что времени не хватает? На что тратится время?
2. План на грядущий день, план на неделю. Как составлять и для чего? Почему важно это делать на бумаге?
3. Почему ребенок долго раскачивается, отвлекается и не доводит дела до конца?
4. Тайм-менеджмент – способ загрузить ребенка или же избавиться от ненужных дел?
5. Как заинтересовать ребенка составлением плана дел. Матрица Эйзенхауера как игра с использованием цветных стикеров, меловой доски и т.д.
6. Сколько задач можно ставить перед ребенком в том или ином возрасте?
7. Баланс рабочих и развлекательных задач в планинге школьника.
8. Обсуждение рекомендаций Роспотребнадзора по организации жизнедеятельности школьника

([http://rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news\\_details.php?ELEMENT\\_ID=6903](http://rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=6903))

Ведущий дискуссии должен подготовить «правильные ответы» и в случае, если их не упомянули в дискуссии, упомянуть о них, резюмируя дискуссию участников. В результате дискуссии составить список рекомендаций по организации времени ребенка.

Рекомендуемая литература: Марианна Лукашенко «Тайм-менеджмент для детей» (<https://www.litres.ru/m-lukashenko/taym-menedzhment-dlya-detey-kniga-prodvinutyh-roditeley-6136452/>)

Записать для себя выводы по итогам дискуссии в «Дневник».

## МОДУЛЬ III. Ребенок в семье и обществе

### *Цель модуля:*

Третий модуль направлен, в первую очередь, на повышение информированности родителей об особенностях формирования общего с ребенком пространства, этапах и способах преодоления кризисов семьи с ребенком младшего школьного возраста, процессах социализации ребенка и роли в этих процессах самих родителей, школы и прочих социальных институтов. Кроме получения знаний о вышеперечисленной проблематике, в данном модуле делается особый акцент на получения родителями практических навыков для возможности эффективного участия в социализации ребенка и построение комфортного внутрисемейного пространства, учитывающего потребности всех членов семейной системы.

### Раздел 3.1. Кризис семьи с ребенком младшего школьного возраста и выход из кризиса (5 часов)

#### **1. Лекция «Кризис семейной системы с ребенком младшего школьного возраста» (75 минут)**

##### *Задача:*

Определение понятия семейного кризиса и особенностей его прохождения в семьях с детьми младшего школьного возраста.

##### *Лекция:*

Логика лекции предполагает обсуждение понятия «семейный кризис», определение специфики кризиса младшего школьного возраста и особенностей преломления последнего в рамках семейной системы. Хорошим примером может стать исследование Д. Олсона, автора опросника удовлетворенности браком, о благополучии разных групп супружеских пар (4 группы по стажу брака), в котором самыми благополучными были стали молодые супруги без детей и «пожилые» супружеские пары. Самыми сложными по критерию благополучия (кризисными) были объявлены семьи с подростками и детьми дошкольного и младшего школьного возраста. Был сделан вывод, что характеристики гибкости и сплочённости влияют на адаптивность. Чем выше сплочённость, тем выше

уровень адаптации. Если сплочённость была высокой, то для большей адаптивности семья должна была быть гибкой. И наоборот, если показатели сплочённости невысокие, то по гибкости они должны быть низкими»

После определения и разбора понятия семейного кризиса важно отдельно выделить время на обозначения проблематики, с которой сталкиваются семьи с детьми младшего школьного возраста. В этой связи необходимо поговорить о следующих темах:

- адаптация ребенка и остальных членов семьи к школе (эмоциональные аспекты, новое расписание, распределение ролей и т.д.);
- поддержка эмоциональной устойчивости ребенка (роль родителей и других членов семьи);
- продолжающиеся процессы сепарации ребенка и родителей (появление новых значимых взрослых и сверстников у ребенка; появление большего количества времени на саморазвитие у взрослых и т.д.);
- проблемы индивидуального и частного досуга (семейный досуг, организация досуга ребенка, влияние интернета и мобильных технологий).

*Резюме:*

Формирование общего представления о специфике семейного кризиса с ребенком младшего школьного возраста и распределении ролей в этом процессе каждого из членов семьи.

## **2. Упражнение «Чемодан без ручки» (45 минут)**

*Задача:*

Рефлексия изменяющихся внешних условий и собственного состояния. Создание условий для осознания взросления ребенка.

*Ход упражнения:*

Для выполнения упражнения необходимы подушки двух разных размеров (или сходный инвентарь) по количеству участников группы. Участники дополнительно разделяются на малые группы по 3-4 человека. Вначале участники выполняют несложные физические упражнения, удерживая в руках маленькие подушки. Затем участники берут большие подушки и пробуют повторить те же физические упражнения. На выполнение упражнений

отводится 25 минут. Далее участники в малых группах обсуждают впечатления об упражнении, делятся выводами и записывают их в свои «Дневники».

*Резюме:*

Рефлексия переживаний, связанных с взрослением ребенка, ограничений и возможностей, с этим связанных

### **3. Упражнение «Детские воспоминания» (45 минут)**

*Задача:*

Актуализация собственного детского опыта проживания сложных ситуаций у родителей.

*Ход упражнения:*

Упражнение проходит в малых группах (3 человека). Родителям предлагается придумать сказку, в которой распределить роли между собой-ребенком, своими родителями и другими членами семьи. Дальше необходимо придумать для себя-ребенка «испытание», которое необходимо пройти, и пофантазировать, кто из героев сказки какую роль в этом испытании будет играть (помогать, мешать, сомневаться, игнорировать, поддерживать и т.д.). На каждого участника малой группы отводится 10 минут. После чего участникам предлагается в течение 15 минут обсудить результаты упражнения и записать собственные выводы в «Дневник».

*Резюме:*

Формирование «банка» ролей и способов поддержки ребенка в процессе прохождения кризисов младшего школьного возраста. Рефлексия собственной роли в семейной системе.

### **4. Лекция «Период адаптации ребенка к школе и его отражение в семье» (60 минут)**

*Задача:*

Привлечь внимание родителей к влиянию периода адаптации ребенка к школе не только на самого ребенка, но и на всю семейную систему в целом.

*Лекция:*

Лектору необходимо обсудить с родителями те переживания, эмоции и бытовые трудности, с которыми сталкиваются все члены семьи и ребенок в процессе адаптации последнего в школе, а также сделать акцент на предоставлении рекомендаций по

построению отношений с ребенком в этот период. Далее приводится примерный перечень возможных рекомендаций.

1. Не оставлять ребенка наедине с его проблемами, не подавляя его собственную инициативу.
2. Интересовать школьным устройством, рекомендациями, которые дает ребенку учитель. Разработать систему ритуалов, помогающие ребенку соблюдать режим.
3. Не обесценивать стремление ребенка сделать всё правильно, «как сказала учительница», не вступать с учителем в конкуренцию. Не обесценивать и не ругать при ребенке учителей и/или школьный программы.
4. Внимательно подходить к трансляции ценностей ребенку (например, ценности послушаний, конкуренции и т.д.)
5. Быть к ребенку доброжелательным, обучать основам саморегуляции, объяснять и показывать на своем примере, что важно считать с другими.

Кроме повторения практических рекомендаций по помощи к адаптации самого ребенка очень важно обсудить с родителями те трудности (нехватка времени, сложные эмоциональные переживания, ощущение собственной некомпетентности, проблемы или нежелание выстраивать отношения с большим количеством новых людей и т.д.), с которыми они сами сталкиваются. Важно помнить, что спокойная и успешная адаптация ребенка в некоторой степени снимает тревогу родителей, помогает им приспособиться к новым реалиям. В этом случае родителям необходимо донести необходимость и им самим получать поддержку извне для сохранения более стабильного эмоционального фона и, соответственно, для более эффективной адаптации ребенка. Это может быть общение с подругами, которые уже пережили подобный кризис или еще в нем не оказались, помощь старшего поколения, психологические консультации и т.п.

*Резюме:*

Рефлексия кризиса ребенка младшего школьного возраста как процесса, затрагивающего всю семью, а также роли родителя в поддержке ребенка и самих себя с целью более эффективного выхода из данного кризиса.

Раздел 3.2. Уникальное место каждого в семье. Договоренности.

(5 часов)

### **1. Лекция «Общее и личное пространство в семье» (45 минут)**

*Задача:*

Осветить важность построения общего пространства семьи (как одного из способов установления и поддержания контакта) и личного пространства каждого из ее членов.

*Лекция:*

Лектору необходимо обсудить с участниками следующие аспекты темы: понятие «границ» в отношениях, определение общего и личного пространства, критерии общего и личного пространства в разных семьях, функции общего пространства, важность личного пространства для родителей и ребенка. Возможными фокусами внимания могут стать следующие вопросы и темы: «совместное семейное хобби и ритуалы», «чтение личной переписки», «наличие личного времени у родителей», «родительская спальня», «стучать ли к ребенку в комнату?», «организация личного пространства при отсутствии отдельных комнат для всех членов семьи» и т.п.

*Результат:*

Понимание разницы между личным и общим пространством в семье и признание важности каждого из них для всех членов семьи без исключения.

**2. Дискуссия «А у нас в квартире...» (45 минут)**

*Задача:*

Обмен опытом организации внутрисемейного пространства.

*Ход дискуссии:*

Дискуссия проходит в формате большой группы. Участникам предлагается рассказать о своем опыте организации внутрисемейного пространства. Ведущий модерировует дискуссию и следит, чтобы в ходе нее были озвучены следующие вопросы.

- организация индивидуального пространства для каждого члена семьи в квартире;
- организация рабочего места родителей и ребенка;
- распределение домашних обязанностей;
- наличие возможности участвовать в организации домашнего пространства каждого из членов из семьи;
- понятие «личная собственность» в семейном пространстве;
- правила приглашения гостей;

- общие и личные домашние ритуалы и т.д.

*Резюме:*

Составление представления о возможных вариантах организации общего и частного пространства в семье и доме. Рассмотрение бытовых, психологических и эмоциональных аспектов.

### **3. Упражнение «Архитектор» (45 минут)**

*Задача:*

Создание оптимального внутрисемейного пространства.

*Ход упражнения:*

Упражнение проводится в малых группах (по 5 человек). Участникам предлагается распределить между собой классические роли членов семьи (родители, дети (1-2), бабушка, дедушка). Группе выдаются листы формата А3 и А4. С помощью этих листов, договариваясь, участники «строят» пространство квартиры, которая бы устроила каждого из членов семьи. В этом пространстве должно быть место для любой (выбранной группой) совместной деятельности, а также личное (комфортное) пространство для каждого из членов семьи, в котором он сможет отдыхать, работать и заниматься любимым делом.

По итогам выполнения упражнения проводится обсуждение в большой группе. Участники делятся своими успехами и неудачами в строительстве «дома», а также общим состоянием. Рекомендуется записать выводы в «Дневник»

*Резюме:*

Лучшее понимание возможностей и ограничений, связанных с организацией общего и личного пространства в семье.

### **4. Лекция «Роль активного слушания в общении с ребенком» (45 минут)**

*Задача:*

Информирование об основных принципах активного слушания и возможностях его применения на практике.

*Структура лекции:*

В лекции ведущему необходимо осветить основные принципы и ошибки активного слушания. Дать слушателем практические рекомендации по использованию этого метода.

В составлении текста лекции рекомендуем основываться на теории Томаса Гордона и практических рекомендациях Юлии Гиппенрейтер. Необходимо объяснить участникам понятия «Я-сообщение» и «Ты-сообщение», назвать 4 преимущества «Я-сообщений» (по Гиппенрейтер), типичные ошибки, допускаемые при активном слушании (по Гордону), влияние на ребенка «гнева» родителей, негативных и оценивающих посланий.

*Результат:*

Понимание принципов активного слушания и получение практических рекомендаций по его использованию в реальной жизни.

### **5. Упражнение «Слушаю и слышу» (45 минут)**

*Задача:*

Отработка навыка активного слушания.

*Ход упражнения:*

Ведущий еще раз объясняет правила построения «Я-сообщения» и предлагает участникам разбиться на пары. В каждой паре участникам необходимо обсудить собственный опыт воспитания ребенка. Слушатель должен использовать технику активного слушания. Потом участники меняются местами. На всю работу в парах отводится 30 минут. В конце группа обсуждает впечатление от упражнения, участники делятся друг с другом выводами (10 минут).

*Резюме:*

Получение навыка активного слушания.

Раздел 3.3. Социализация младшего школьника. Роль родителей и социальных институтов (8 часов)

### **1. Лекция «Отношение роли родителя и школы в социализации младшего школьника» (45 минут)**

*Задача:*

Определение степени ответственности родителей и школы в социализации ребенка

*Лекция:*

Лектор рассказывает родителям об изменении в структуре значимых для ребенка взрослых и большой роли учителя начальных классов в формировании мнения младшего школьника и его социализации в целом. В связи с этим важным является аспект отношений между родителем и учителем, их непротиворечивость, взаимное уважение, признание ценности.

Также рассматривается аспект постепенной передачи ответственности за принятие решений о направлении развития самому ребенку. В этой связи важно отметить, что родителю приходится одновременно передавать часть своих полномочий и школе, и самому ребенку, что, в свою очередь, уменьшает степень контроля родителем за развитием ребенка. Как следствие частичной потери контроля родители младших школьников часто игнорируют необходимость разделения ответственности за социализацию с школьным институтом и подрастающим ребенком, оставляя возможность и право выбора направления развития, а также контроль за его эффективностью исключительно за собой.

*Резюме:*

Рефлексия изменяющихся условий развития ребенка и необходимости разделения ответственности за его развитие и воспитание

## **2. Упражнение «Космонавт и балерина» (30 минут)**

*Задача:*

Актуализация собственного детского опыта выбора профессии-мечты.

*Ход упражнения:*

Упражнение проводится в малых группах по 4-5 человек. Участникам групп предлагается вспомнить, кем они хотели стать на разных этапах детства и подросткового возраста (в дошкольном возрасте, в младшем школьном возрасте, в подростковом возрасте), как менялись их желания, как относились к ним собственные родители, получилось ли воплотить эти мечты в реальную жизнь.

*Резюме:*

Осознание отношения между ролями родителя и ребенка в процессе выбора направления для развития ребенка в разных возрастах.

## **3. Лекция «Уроки и успеваемость. Как не сойти с ума?» (60 минут)**

*Задача:*

*Лекция:*

Основная задача родителя младшего школьника – развитие самостоятельности. Лектору необходимо осветить вопрос перспектив развития мотивации к обучению при разных подходах к степени вовлеченности родителей к подготовке домашнего задания в начальной школе.

Важным аспектом, который должен быть поднят на лекции, является вопрос отношений родителя с учителем. Необходимо объяснить важность понимания учительской позиции, к которой надо относиться уважительно, но при этом не давать втянуть себя в отношения, когда ответственность ребенка за успехи в учебе, а учителя – за закрепление материала, перекладывается на родителя. В этой связи также важно обсудить с родителями то, как они отвечают себе на вопросы «Кто пошел учиться: я или ребенок?», «Зачем я сравниваю ребенка с другими?», «Что я чувствую, когда ребенок приносит плохие оценки?». В этом месте важно показать, что родитель легко может взять на себя ответственность за обучение ребенка и результаты этого обучения и начать конкурировать с другими родителями, своими друзьями, родственниками и т.д. Желание быть «не хуже других» - нормальное. Но здесь важно разделять пользу для ребенка и для родителей.

Также важно обсудить с родителями способы получения поддержки в этом вопросе. Для ребенка это могут стать репетиторы или психолог (если речь идет о некоторых задержках в развитии той или иной когнитивной функции). Для родителей – консультация психолога, посещение специализированных родительских групп поддержки, общение с друзьями и знакомыми, успешно преодолевшими данный возрастной кризис, чтение соответствующей специализированной литературы.

*Резюме:*

Рефлексия степени ответственности за обучение ребенка и родителей, а также адекватного распределения такой ответственности.

#### **4. Упражнение «Расписание школьника: танцуют все» (45 минут)**

*Задача:*

Создание школьного расписания, в котором учитываются различные потребности ребенка и родителей.

*Ход упражнения:*

Участникам раздаются пустые листы А4 и предлагается составить три расписания: реальное школьное расписание ребенка (с кружками и секциями), расписание развлечений ребенка, которыми бы он хотел заниматься (игры, прогулки с родителями и друзьями, кино и т.д.), расписание личных мероприятий родителей и семейных активностей, которыми хотелось бы заниматься. На составление этих расписаний отводится 20 минут. После их написания ведущий предлагает участникам составить общее расписание из первых трех. В нем обязательно должны быть представлены пункты каждого из расписаний. В оставшееся время родители могут объединиться в малые группы и обменяться впечатлениями от задания. Выводы из этого задания рекомендуется записать в «Дневник», итоговое расписание родителям предлагается забрать домой и «доработать» с другими членами семьи, используя тот же метод.

*Резюме:*

Формирование навыков составления расписания, направленного не только на работу, но и на отдых ребенка (индивидуальный и совместный с родителями).

## **5. Лекция «Кто решает, с кем дружить?» (45 минут)**

*Задача:*

Распределение ответственности за выстраивание отношений со сверстниками между родителем и ребенком

*Лекция:*

Лектор должен сделать акцент на продолжении темы распределения ответственности за развитие между ребенком и родителем, а также необходимостью постепенной передачи контроля за формированием социального окружения самому ребенку.

Также лектору необходимо дать практические рекомендации по обсуждению с ребенком сложных и опасных вопросов, связанных с формированием вокруг него нового социального окружения (информация о группах риска, правила поведения, правило «стоп!», умение ребенка отказывать и отстаивать свою позицию и т.д.). В конце лектор приводит примеры удачных договоренностей родителя и ребенка, в которых родитель оставляет себе функцию по обеспечению безопасности ребенка (например, договоренность о звонках; возможность гулять на улице; правила ночевки у друзей и т.д.), отдавая право выбора социального окружения под контроль ребенку.

*Резюме:*

Получение навыков по достижению договоренностей с ребенком, учитывающих его интересы и интересы родителей.

#### **6. Упражнение-тренинг «Выйди вон!» (45 минут)**

*Задача:*

Демонстрация роли и последствий влияния родительского авторитета на социализацию ребенка.

*Ход упражнения:*

Упражнение проводится в малых группах (по 5 человек). Один из участников становится родителем, еще один – его ребенком. Остальные участники играют роль друзей ребенка. Участникам необходимо смоделировать ситуацию, в которой «школьники» занимаются каким-то совместным делом. «Родитель» наблюдает за процессом со стороны и должен замечать собственные эмоциональные реакции, которые вызывают у него «друзья» своего ребенка (необходимо выбрать участника, который «вредит», «мешает», «обижает»). На этот подготовительный этап отводится 10 минут. «Школьники» должны погрузиться в совместную деятельность и почувствовать увлеченность. Спустя отведенное время «родитель» подходит к группе «школьников» и, не объясняя причины, говорит, что один из них должен уйти и перестать общаться с его «ребенком». На все вопросы и попытки выяснить причину «родитель» отвечает, что это его решение и он считает, что так будет лучше. После этого в группе происходит смена ролей и процесс повторяется заново («родитель» обязательно должен стать «ребенком», а «ребенок» «родителем»).

В конце упражнения ведущий предлагает в большой группе обсудить впечатления и сделать выводы из этого упражнения (15 минут).

*Резюме:*

Рефлексия возможностей и ограничений родителя, связанных с социализацией ребенка. Влияние и последствия чрезмерных и нелогичных родительских вмешательств на ребенка.

#### **7. Лекция «Новые взрослые в мире моего ребенка. Социальная ситуация развития» (30 минут)**

*Задача:*

Информирование родителей о роли новых взрослых (учителей) в жизни ребенка, а также о специфике построения отношений с этими взрослыми.

*Лекция:*

Отдельная проблематика периода младшего школьного возраста – взаимоотношения с новыми взрослыми (учителями, администрацией школ и т.д.).

Социальная роль учителя связана с предъявлением детям важных, равных и обязательных для выполнения требований, с оценкой качества учебной работы. По словам В.С. Мухиной, учитель, неукоснительно предъявляющий требования к ребенку, оценивающий его поведение, создает условия для социализации поведения младшего школьника в пространстве обязанностей и прав. Специфика социальной перцепции младших школьников сказывается на особенностях их первого впечатления о другом человеке, которое отличается ориентацией на внешние признаки: физический облик и его оформление являются для первоклассников "каркасом", на котором выстраивается образ другого человека.

В первые месяцы пребывания в школе учитель должен привить ученику чувство того, что класс - это не чуждая ему группа людей, а доброжелательный коллектив сверстников. У первоклассников в период адаптации к школе общение со сверстниками, как правило, отступает на второй план перед обилием новых школьных впечатлений - каждый из учащихся пока еще "сам по себе", контакт между собой дети осуществляют посредством педагога.

Таким образом лектору необходимо сделать акцент как отдельно на роли учителя в адаптации и социализации младшего школьника, так и на взаимоотношениях между учителем и родителем, важностью создания атмосферы взаимного уважения, принятия ценности фигуры нового взрослого для ребенка.

## **8. Лекция «Школьная травля. Как правильно поддержать?» (45 минут)**

Задача:

Информирование о понятии «школьной травли» и обсуждение вариантов диагностики и поддержки.

Лекция:

Лекцию необходимо разделить на несколько логических частей.

- 1) Обсуждение понятия «школьная травля» и «буллинг»
- 2) Критерии, по которым можно понять, что у ребенка проблемы в школе, связанные с так называемой «школьной травлей»
- 3) Способы поддержки ребенка в ситуации школьной травли
- 4) Правила выстраивания отношений между родителем и учителем, администрацией и другими родителями.

Основная идея лекции должна лежать в плоскости принятия субъективной ценности для ребенка тех переживаний, которые он испытывает во время школьной травли. Важно обсудить неэффективность такого рода высказываний, как «не обращай внимание», «сам они идиоты» и т.п., особенно если такие высказывания оторваны от эмоциональной поддержки родителей и их готовности встать на сторону ребенка.

Другим важным аспектом является поиск баланса между возможностью ребенка самостоятельно организовывать социальные контакты и преодолевать конфликты, возникающие во время этого процесса, и необходимостью обеспечивать базовую психологическую и физическую безопасность ребенка. Необходимо дать практические рекомендации по тактичному, но уверенному вмешательству в процесс «школьной травли».

*Резюме:*

Рефлексия роли родителей в решении вопросов, связанных с школьной травлей. Их возможности и ограничения.

## **9. Упражнение «Саквояж» (15 минут)**

*Задача:*

Создать условия для рефлексии полученного в ходе раздела опыта. Для ведущего – оценить доступность и эффективность излагаемого материала.

*Ход упражнения:*

Участникам раздаются листы бумаги и предлагается подумать и высказать свое мнение о том, что полезного они уносят с собой с данной встречи? Что они захотят попробовать? Каждое «приобретение» записывается тезисно на листе-«саквояже», чтобы унести их с собой. Когда «саквояж» заполнен, ведущий предлагает вспомнить те вещи, которые показались неправильными, вызвали протест и отторжение в ходе дискуссии. Их

записывают на другом листе и сдаются ведущему для последующего анализа. Ведущий подводит итог и резюмирует результаты прошедшего раздела.

*Резюме:*

Ассимиляция полученного в разделе опыта.

#### Раздел 3.4. Роль современных технологий в социализации ребенка (4 часа)

Общей целью раздела 3.4. является информирование родителей о мире современных технологий, обсуждение преимуществ и опасностей, которые этот мир приносит в жизнь, процессы взросления и социализации ребенка. Каждую из 4 заявленных лекций целесообразно проводить в виде лекций-семинаров, параллельно отвечая на возникающие у родителей вопросы. Далее мы приведем ссылки на интернет-ресурсы, на которых можно почерпнуть подробные материалы для данного блока лекций, а также структуру данного раздела.

##### **Структура раздела:**

- 1. Лекция «Разнообразие мобильных технологий в жизни ребенка» (30 минут)**
- 2. Лекция «Интернет. Ресурсы и опасности для ребенка» (30 минут)**
- 3. Лекция «Этапы формирования зависимостей от мобильных технологий. Способы диагностики» (60 минут)**
- 4. Лекция «Способы регуляции взаимодействия ребенка и мобильных технологий» (60 минут)**

##### **Ссылки на материалы:**

- 1) А.Б. Сорокина «"...Интернет в жизни современных детей и подростков: проблема и ресурс..." <http://psychlib.ru/mgppu/periodica/szp012015/szp-0451.htm>
- 2) Перевод статьи Гордона Ньюфелда <https://soznatelno.ru/gordon-newfeld-kak-rastit-detey-v-vek-cifrovyh-tehnologiy/>
- 3) Информационный угрозы в интернет, способы регуляции доступа к интернет-ресурсам  
[http://www.bizhit.ru/index/informacionnye\\_ugrozy\\_v\\_internete\\_i\\_deti/0-457](http://www.bizhit.ru/index/informacionnye_ugrozy_v_internete_i_deti/0-457)
- 4) Влияние мобильных технологий на школьную успеваемость  
[http://www.bizhit.ru/index/shkola\\_pk\\_internet/0-574](http://www.bizhit.ru/index/shkola_pk_internet/0-574)

## МОДУЛЬ IV. Интеграция представлений о родителе, ребенке и их взаимодействии

*Цель модуля:* Четвертый модуль носит задачу ассимиляции и более глубокой проработки наиболее сложных для родителей тем, связанных с получением и развитием навыков проживания и преодоления кризисов и сложных этапов младшего школьного возраста. Этот модуль будет полезен для хорошо информированных родителей, которым необходимо закрепить некоторые навыки.

### Раздел 4.1. Родитель младшего школьника: возможности и ограничения (4 часа)

#### **1. Лекция о возможностях и ограничениях реального и идеального родителя (45 минут)**

*Задача:*

Расставление акцентов на возможностях и ограничениях любого из родительских образов.

*Лекция:*

Лектору предлагается провести небольшую резюмирующую лекцию, в которой дать определение так называемому «идеальному» родителю и реальному родителю, обсудить влияние общественных представлений и семейных установок на формирование образа идеального родителя.

Особый акцент необходимо сделать на обсуждении возможностей и ограничений родительства. Какие из них характерны для идеального родителя? Есть ли в этом образе какие-то ограничения? Какие возможности дает роль реального родителя со всеми его ограничениями?

*Резюме:*

Создание пространства для рефлексии неоднозначности понятия возможностей и ограничений в родительских ролях, их наличия как в образе реального родителя, так и идеального. Появление возможности выбора собственной родительской роли, соответствующей внутреннему образу родителя.

#### **2. Дискуссия на тему лекции (45 минут)**

*Задача:*

Интеграция знаний, полученных на лекции

*Ход дискуссии:*

Дискуссия проводится в большой группе. Ведущий модерировует процесс, следя, чтобы одинаковое внимание было уделено обсуждению возможностей и ограничений и идеального, и реального родителей. По итогу обсуждения группа составляет списки этих возможностей и ограничений для обоих образов, соответственно.

*Результат:*

Интеграция знаний, полученных на лекции

### **3. Упражнение «Мои идеальные реальные родители» (45 минут)**

*Задача:*

Создание пространства для разделение собственных представлений о родительстве от семейных установок.

*Ход упражнения:*

Работа в парах. Участники пары по очереди рассказывают друг другу о том, какими хотели видеть своих родителей, какими они старались быть и какими были на самом деле (в глазах ребенка). В связи с возможностью сильного эмоционального вовлечения в процесс на разговор в парах отводится не более 15 минут. Оставшиеся 30 минут участники посвящают отреагированию своих переживаний и формулировке выводов во время работы в большой группе.

*Резюме:*

Формирование образа реального родителя с его возможностями и ограничениями. Рефлексия собственных переживаний, связанных с таким образом.

### **4. Упражнение «Мечтаю/хочу/могу/надо» (45 минут)**

*Задача:*

Создание пространства для встречи участников с переживанием собственных возможностей и ограничений в родительстве.

*Ход упражнения:*

Индивидуальное упражнение с последующим обсуждением в группе и подробным занесением выводов в «Дневник». Участникам предлагается заполнить табличку из 4

колонок (см. Приложение). В первой они должны записать те качества/умения/возможности родителя, о которых они мечтают (как он «несбыточных», нереальных). Во второй – которые бы хотели в себе развить. В третьей – которыми уже обладают и могут их использовать. В четвертой – те, которые требует социальное окружение (семья, школа, друзья и т.д.). Качества могут повторяться. В начале и в конце упражнения родители должны заполнить еще две графы: какие возможности они видят в собственной родительской позиции и какие ограничения. Во время дискуссии участникам надо будет обсудить, отличаются ли эти графы, чем отличаются, какие чувства и мысли возникают у участников при виде этих различий (или их отсутствия).

*Резюме:*

Возможность разделения собственных представлений о возможностях и ограничениях родительства от ожиданий общества и социального окружения.

Раздел 4.2. Толерантность к неопределенности динамики младшего школьного возраста (6 часов)

### **1. Мини-лекция «Ситуации неопределенности и формирование толерантности»**

*Задача:*

Информирование родителей о психологическом смысле понятий «неопределенность» и «толерантность»

*Лекция:*

Лектору необходимо ввести понятия «толерантность», и «толерантность к неопределенности» с точки зрения их психологического значения. Обсудить вопросы и условия формирования последней, а также ее значимость для эффективности прохождения кризисов и улучшения качества жизни во процессе.

### **2. Мини-лекция «Распространенные вопросы и проблемы младшего школьного возраста» (45 минут)**

*Задача:*

Составление перечня основных вопросов и проблем младшего школьного возраста.

*Лекция:*

При работе над перечнем основных вопросов и проблем младшего школьного возраста лектор должен обязательно коснуться следующих аспектов:

- 1) Изменения во взаимоотношениях родитель-ребенок
- 2) Адаптация к школе
- 3) Проблемы социализации
- 4) Проблемы эмоциональной поддержки
- 5) Влияние мобильных технологий

*Резюме:*

Создание исчерпывающего и достаточного списка общих проблем и вопросов младшего школьного возраста.

### **3. Упражнение «Кейс-стади» (180 минут)**

*Задача:*

Закрепление навыков поведения в ходе спонтанного и непредсказуемого столкновения с некоторыми из проблем младшего школьного возраста.

*Ход упражнения:*

Ведущий готовит из списка вопросов, поднятых на лекции, карточки со сложными и спорными ситуациями взаимодействия с ребенком. Например: «Ребенок проснулся и истерит, что не хочет в школу», «Ребенок обижает одноклассников», «Резко снизилась успеваемость», «Ребенок ничего не хочет», «Ребенок стал слишком много и играть в компьютерные игры» и т.д. Карточки кладутся в мешок и тянутся участниками в течение всего упражнения (не одновременно). Участнику, вытянувшему карточку, дается 1-2 минуты на подготовку, после чего тот должен рассказать, как будет справляться с полученной ситуацией и почему именно так. Остальные участники могут задавать выступающему дополнительные вопросы или высказывать своё мнение, как только выступающий закончил. Ведущий должен постараться сделать написать такое количество ситуаций, которого бы хватило на всех участников группы.

*Результат:*

Закрепление навыков взаимодействия с ребенком в спонтанных и ограниченных по времени ситуациях.

### **4. Заключительная дискуссия (45 минут)**

*Задача:*

Ассимиляция полученных в разделе знаний и навыков

*Ход дискуссии:*

Модерируемое ведущим обсуждение опыта, полученного в упражнении, и знаний, полученных на лекциях. Ведущий должен постараться дать слово каждому участнику группы. Важно, чтобы по окончании дискуссии участники записали свои выводы в «Дневник».

*Резюме:*

Ассимиляция полученных в разделе знаний и навыков.

### Раздел 4.3. Заключение

#### **1. Вводное упражнение (45 минут)**

Ведущий организует групповое обсуждение, пройденных участников модулей. В ходе обсуждения ведущему необходимо совместно с участниками сформулировать основные выводы и составить список тем и упражнений, к которым участникам важно было бы вернуться для закрепления полученных знаний и навыков и/или более глубокого погружения в проблематику.

#### **2. Варианты проведения модуля (180 минут)**

Проведение, на выбор, 2-3 упражнений или организация дискуссий по пройденному материалу в соответствии с тем списком вопросов и тем, который был сформулирован с участниками в предыдущем обсуждении.

#### **3. Заключительная дискуссия (45 минут)**

Подведение итогов, модерируемое ведущим. Каждому участнику предлагается рассказать о том, что они получили на программе, что узнали нового, что понравилось или не понравилось. На этом этапе также полезно будет предложить участникам записать свои выводы в «Дневник»

## Учебно-методические пособия по проведению практических занятий

### Методические рекомендации

Ведущий должен знать и понимать такие ключевые слова, как психологические закономерности развития, младший школьный возраст, траектории развития, психология игры, реальный и идеальный образ, социальные мифы, контакт, я-высказывания, эмпатическое слушание, психология эмоций, чувства родителя, система поддержки, саморефлексия, обратная связь, проективные методы, семейная система.

Ведущий должен быть знаком с такими теориями и концепциями, как культурно-историческая концепция Л.С. Выготского, закономерности развития Д.Б. Эльконина, психология игры Д.Б. Эльконина, теория ведения тренингов Фопеля Клауса, теория самоэффективности А. Бандуры.

Ведущий при работе с группой родителей детей младшего школьного возраста должен обращать внимание на чувства, которые возникают у участников, на уровень общей осведомленности участников, на уровень понимания материала участниками, на наиболее актуальные темы для участников.

Во время занятий акцент стоит делать на сильные стороны участников, на их собственные знания и умения, на актуализацию собственного опыта у участников.

Ведущий должен проработать и обучиться проведению программы “ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, НАПРАВЛЕННАЯ НА ПОВЫШЕНИЕ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ В ОТНОШЕНИИ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 7-10 ЛЕТ”.

Ведущий до проведения программы должен овладеть такими навыками, как ведение тренингов, основы ведения психотерапевтических групп, навыкам самопрезентации и публичного выступления.

### Форма обратной связи

Основной целью проведения опроса/обратной связи является своевременная корректировка учебного процесса. Преподаватель/тренер/ведущий группы должен чутко следить за возникающими сложностями и в соответствии с возникающими вопросами корректировать содержание занятий.

В завершении каждого занятия преподаватель/тренер/ведущий группы может предложить участникам заполнить форму обратной связи, после чего обсудить записи, сделанные участниками.

Напишите, пожалуйста, 3 вещи, которые показались вам интересными и новыми на этом занятии

- 1.
- 2.
- 3.

Напишите, пожалуйста, 3 навыка, которые вам будет сложно реализовывать на практике

- 1.
- 2.
- 3.

В завершении каждого обучающего блока необходимо проводить анонимное анкетирование участников с просьбой дать обратную связь для улучшения качества преподавания.

*Форма 2. Проведение итогового контроля качества преподавания курса.*

Уважаемый участник!

Просим ответить вас на несколько вопросов об образовательной программе, в которой вы приняли участие. Этот опросник является анонимным, и мы надеемся, что это позволит вам отвечать максимально честно. Будем вам очень благодарны за обратную связь!

1. Насколько в целом вам понравился курс?
  1. Очень понравился
  2. Скорее понравился
  3. В чем-то понравился, а в чем-то нет
  4. Скорее не понравился
  5. Очень не понравился
2. Как бы вы оценили профессионализм преподавателя/ ведущего/ тренера?
  1. Очень профессиональный
  2. Скорее профессиональный
  3. В чем-то профессиональный, в чем-то нет
  4. Скорее не профессиональный
  5. Совсем не профессиональный
3. Можете ли вы порекомендовать нашу образовательную программу своим знакомым/подругам? Используйте, пожалуйста, следующую шкалу: 0 – точно не буду рекомендовать, 10 – обязательно буду рекомендовать.  
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. Какой момент запомнился вам больше всего? Напишите, пожалуйста, несколько

слов или предложений.

---

---

---

5. Какие еще темы вам хотелось бы обсудить?

---

---

---

6. Над чем нам стоит особо поработать в будущем?

---

---

---

7. Какое время для занятий было бы для вас наиболее удобным?

---

#### Рекомендуемая литература

##### Основная литература

1. Винникотт Д.В. Разговор с родителями. Москва: Независимая фирма «Класс», 2012. 96 с.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? Москва: АСТ, Астрель, ВКТ, 2012а. 256 с.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Родителям. Книга вопросов и ответов. Что делать, чтобы дети хотели учиться, умели дружить и росли самостоятельными. Москва: АСТ, Астрель, 2012б. 192 с.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? Москва: АСТ, Астрель, 2013. 240 с.
5. Гордон Т. Курс эффективного родителя. Как воспитать в детях чувство ответственности. Москва: Ломоносов, 2010. 512 с.

##### Дополнительная литература

1. Кон И.С. Социологическая психология // Москва Воронеж. 1999.
2. Маршалл М. Воспитание без стресса. Москва: Эксмо, 2013. 384 с.

3. Ланцбург М. Роль психологической подготовки и поддержки в реализации родительских функций // Психологическая наука и образование. 2011. № 1.

## Приложения

### Приложение 1

#### Дневник участника

№	Дата	Раздел/упражнение	Выводы, комментарии

## Приложение 2

### К упражнению «Адвокат»

№	Система воспитания	Плюсы	Минусы

### Приложение 3

#### Карточки для Упражнения «Семейная путаница»

<b>Традиционные отношения</b>	<b>Товарищеские отношения</b>
<b>Партнерские отношения</b>	<b>Мать</b>
<b>Отец</b>	<b>Ребенок</b>
<b>Бабушка</b>	<b>Дедушка</b>
<b>Гиперопека</b>	<b>Опека</b>

<b>Принятие</b>	<b>Неприятие</b>
<b>Разрешительный стиль</b>	<b>Попустительский стиль</b>
<b>Ситуативный стиль</b>	<b>Ограничительный стиль</b>
<b>Последовательный стиль</b>	<b>Непоследовательный стиль</b>
<b>Аффективно устойчивый стиль</b>	<b>Аффективно неустойчивый стиль</b>
<b>Тревожный</b>	<b>Нетревожный стиль</b>

**Приложение 4.**

**Таблица для упражнения «Мечтаю/хочу/могу/надо»**

Черты родителя			
О которых остается только мечтать	К которым стремимся (хотим)	Которые уже есть (можем)	Которые диктует общество (надо)