

Государственное областное бюджетное образовательное учреждение  
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ»

Программа принята на  
Педагогическом совете ГОБОУ ЦПМСС  
Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГОБОУ ЦПМСС  
М.Я. Майкович  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_

**Тренинговая программа для родителей**  
**«Учусь понимать своего ребенка!»**

Автор составитель: педагог-психолог  
«Координационного центра содействия  
семейному устройству детей-сирот и детей,  
оставшихся без попечения родителей»

***Сергиенко Н.Ю.***

Мурманск  
2014г.

## Содержание

Пояснительная записка.....	3
Тематическое планирование работы.....	6
Краткое содержание программы .....	7
Требования к уровню освоения программы.....	8
Материально-техническое и кадровое обеспечение программы.....	9
Список литературы.....	10
Тестирование «Оценка эффективности».....	11

## Пояснительная записка

Семье принадлежит основная роль в формировании нравственных начал, жизненных принципов ребенка. Семья создает личность или разрушает ее, во власти семьи укрепить или подорвать психическое здоровье ее членов. От того, как строятся взаимоотношения в семье, какие ценности, интересы выдвигаются у ее старших представителей на первый план, зависит, какими вырастут дети.

Влияние родителей на ребенка во многом связано с воспитательными воздействиями на него, а представление о ребенке являются внутренней основой воспитания. Стилль семейного воспитания, определяемый родительскими ценностными ориентациями, установками, эмоциональным отношением к ребенку, особенностью восприятия ребенка родителем и способов поведения с ним – является значительным фактором развития личности ребенка. Родитель в детско-родительских отношениях является ведущим звеном, и от него в большей мере зависит, как складываются эти отношения.

В соответствии с государственной политикой в 2013-2014 учебных годах одним из приоритетных направлений деятельности Координационного центра содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является деятельность, направленная на профилактику семейного неблагополучия и социального сиротства, восстановление благоприятной для воспитания ребёнка семейной среды. Выполнить поставленные задачи возможно с помощью создания и реализации тренинговой программы для родителей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Тренинговая программа «Учусь понимать своего ребенка!» поможет родителям расширить свои знания в сфере возрастных особенностей развития и воспитания детей, выстроить доброжелательные отношения

между родителями и детьми, развить толерантность и повысить уровень доверия друг к другу. Признание за ребенком права на собственный выбор, на собственную позицию обеспечивает понимание и лучшее взаимодействие в семье.

**Основные блоки программы:**

Информационный блок раскрывается в конкретном содержании тех знаний, которые стремятся донести ведущий до участников тренинга.

Развивающий блок программы направлен на формирование и закрепление эффективных навыков взаимодействия с ребенком, на развитие рефлексии, предоставляет возможность активного самопознания и познание своего ребенка.

**Цель программы:** приобретение родителями знаний о психологических особенностях детей, закономерностях взаимоотношений, овладение навыками конструктивного общения с детьми и умение использовать их для улучшения и гармонизации отношений, повышение самоуважения родителей и осознание ими присущего их семье стиля семейных взаимоотношений и своей ответственности за процесс воспитания ребенка.

**Задачи:**

- повысить уровень знаний родителей о возрастных особенностях детей;
- понять: почему ребенок не слушается? А главное – для чего?;
- осознать и проработать свои ошибки в воспитании;
- получить навыки конструктивных способов решения конфликтов;
- сформировать собственную стратегию воспитания.

**Проблематика:** Нарушения взаимоотношений в детско-родительских отношениях.

Программа рассчитана на 5 занятий, которые проходят в форме тренинга. Программа предусматривает проведение индивидуального

консультирования педагогом-психологом с родителями на протяжении реализаций всей программы.

**Общее количество часов – 15 ч.**

**Продолжительность одного занятия: 3 часа;**

**Периодичность проведения: 2 раза в месяц;**

**Целевая группа: родители детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.**

**Количество участников: 7-10 человек.**

**Структура тренинговых занятий:**

**1. Приветствие. Разминка.**

Создание в группе положительной эмоциональной атмосферы, благоприятных условий для работы во время тренинга.

**2. Основная часть.**

Изучение заявленных тем занятий, использование упражнений и игр, исходя из задач тренинга.

**3. Обратная связь.**

Отзыв участников о занятии, самочувствии, настроении.

**Методы и приёмы работа:**

- Беседа;
- элементы арттерапии;
- разминочные упражнения;
- сюжетно-ролевые игры;
- релаксационные упражнения.

**Ожидаемые результаты:**

Участники тренинговой программы:

- получают информацию об особенностях эмоционального восприятия детей, о стилях воспитания, родительских установках, условной и безусловной любви, конструктивной родительской помощи, разнице между дисциплиной и наказанием, индивидуальности ребенка.

- получат возможность осознать и оценить собственные личностные ресурсы;
- научатся использовать в общении навыки позитивного внимания;
- приобретут навыки налаживания контакта с ребенком, который приносит удовольствие и радость;
- научатся понимать своего ребенка, уважать свои и чужие личностные границы, предупреждать возникновение проблемных ситуаций.

**Форма подведения итогов:** тестирование.

### Тематическое планирование работы

№ занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		Информационный блок	Практический блок	всего	
<b>1</b>	«Введение в курс программы. Формирование положительного образа ребенка»	25 минут	2 ч. 35 мин.	3 часа	Тестирование
<b>2</b>	«Особенности организации восприятия ребенком и взрослым окружающего мира»	30 минут	2 ч. 25 мин.	3 часа	
<b>3</b>	«Условная и безусловная любовь. Индивидуальность ребенка»	35 минут	2ч. 25мин.	3 часа	
<b>4</b>	«Родительская помощь»	35 минут	2ч. 25мин.	3 часа	
<b>5</b>	«Воспитание без наказания» Подведение итогов.	20 минут	2ч. 40мин.	3 часа	Итоговое тестирование
<b>Всего</b>	<b>15 часов</b>				

## Краткое содержание программы «Учись понимать своего ребенка»

**Занятие 1. «Введение в курс программы. Формирование положительного образа ребенка».** Знакомство участников. Принятие групповых правил. Создание эмоционально-положительного настроения в группе. Формирование положительного образа ребенка. Осознание возможности позитивных изменений в семье. Тестирование.

**Занятие 2. «Особенности организации восприятия ребенком и взрослым окружающего мира».** Повышение работоспособности участников в группе, актуализация у родителей своего детского опыта. Осознание взрослыми восприятия ребенком позиции общения во взаимодействии с родителями. Формирование у родителей понимания различия детского и взрослого восприятия окружающего мира, психологическая дистанция в общении, причины негативного поведения ребенка.

**Занятие 3. «Условная и безусловная любовь. Индивидуальность ребенка».** Принятие и непринятие ребенка. Индивидуальность ребенка. Формирование умения проявлять чувства принятия и любви к ребенку вербальными и невербальными способами. Осознание чувств ребенка.

**Занятие 4. «Родительская помощь».** Формирование у родителей понимания важности самостоятельной деятельности ребенка. Родительские установки. Актуализация состояния принятия похвалы и наказания. Определение важности поддерживания ребенка в его деятельности (игровой, учебной и т.д.).

**Занятие 5. «Воспитание без наказания».** Актуализация своего детского опыта относительно наказаний, воспитания. Формирование четкого представления в различии между понятиями «дисциплина» и «наказание». Стили воспитания. Активизация положительных эмоций, позитивного восприятия себя. Итоговое тестирование.

## Требования к уровню освоения программы

*Участники, успешно освоившие тренинговую программу «Учусь понимать своего ребенка», должны знать:*

- различия между восприятием мира взрослыми и детьми, особенности эмоционального восприятия детей, цели негативного поведения детей;
- что значит принятие и непринятие ребенка, важность отделения личности ребенка от личности родителей;
- возможный вред, приносимый «несвоевременной» родительской помощью детям, что такое родительские установки, «Я» - «Ты» - высказывания;
- различия между понятиями «Дисциплина» и «Наказание», стили воспитания.

*Участники, успешно освоившие тренинговую программу «Учусь понимать своего ребенка», должны уметь:*

- выстраивать взаимоотношения с детьми с учетом их возрастных и личностных особенностей, определять тактику поведения при негативном поведении ребенка;
- видеть в ребенке отдельную личность, принимать и уважать чувства ребенка, напрямую выражать любовь, похвалу и внимание ребенку;
- распознавать необходимость своей помощи детям, правильно использовать речевые конструкции в общении с детьми;
- применять полученные на тренинге знания в общении со своими детьми, соизмерять возрастные новообразования и индивидуальные особенности ребенка во время воспитания и общения с ним;
- осознавать возможности позитивных изменений в семье.



## **Материально-техническое и кадровое обеспечение программы**

### *Кадровое обеспечение*

- администрация ГОБОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения»;
- педагоги-психологи координационного центра содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшимися без попечения родителей.

К реализации программы могут привлекаться педагоги-психологи образовательных учреждений Мурманской области.

Администрация ГОБОУ ЦПМСС выполняет организационную и контролирующую функцию и обеспечивает взаимодействие педагогов-психологов координационного центра содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, со специалистами образовательных учреждений, реализующих программу «Учусь понимать своего ребенка!»

### *Материально-техническое обеспечение:*

- компьютер – 1 шт.;
- мультимедийное оборудование: проектор 1 шт., экран 1 шт.;
- флипчарт 1 шт., бумага, маркеру;
- канцелярские принадлежности: бумага, клей, ножницы, цветные карандаши, фломастеры, ручки;
- зал для проведения групповых занятий;
- стулья.

### *Методическое обеспечение:*

- Слайд-шоу к занятию №1;
- Раздаточный материал в виде памяток.

## Список литературы

1. Бивер С. НЛР-тренинг для родителей «Счастливы дети – счастливы Вы» - М.: «Эксмо», 2011.
  2. Вайнер Ирина Программа родительских тренингов "Чистый родник", №1, 16 сентября 2009 г.;
  3. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребенком Как?» - Астрель, 1994.
  4. Гиппенрейтер Ю.Б. «Продолжаем общаться с ребенком. Так?» - М.: Астрель, 2009.
  5. Куртышева М.А. «Как сохранить психологическое здоровье семьи». – СПб.: Питер, 2007.
  6. Леус Т.В. «Папины дочки, мамыны сыночки» - м.: «У-Фактория», 2008.
  7. Лупань С. «Поверь в свое дитя» - Спб.: «Дельта», 1996.
  8. Маркова А.М. Программа тренинговых упражнений "Школа для родителей";
  9. Николаева Е.И. «Кнут или пряник?» - СПб.: «Речь», 2010.
  10. Осорина М.В. «Секретный мир детей в пространстве мира взрослых» - СПб.: Питер, 2008.
  11. Пузиков В.Г. «Технология ведения тренинга» - СПб.: «Речь», 2007.
  12. Реана А.А. «Психология подростка» - СПб.: «прайм-Еврознак», 2008.
  13. Фопель, К. Создание команды. Психологические игры и упражнения / К.Фопель. – М.: Генезис, 2003. – 400 с.;
  14. Школьный психолог №5, март 2006г. «Вопросы воспитания в картинках»;
- Шмакова Н. В. "Коррекция взаимодействия родителей с детьми в процессе игровых тренингов" Сб. "А. П. Усова и современность", Иркутск, ИГПУ, 1999.

## Тестирование

### Вопросы

1. Отметьте цели негативного поведения ребенка
  - Привлечение внимание
  - Желание показать свою власть
  - Месть, возмездие
  - Утверждение своей несостоятельности или неполноценности
  - Чувство голода
  
2. Отметьте правильное утверждение:  
Безусловное принятие ребенка это-...
  - Любить его за то, что он помогает старшим
  - Любить его за послушание и отличные знания по школьным предметам
  - Любить его за то, что он походит на любимого мужа
  - Любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть
  - Любить его за аккуратность, пунктуальность и послушание
3. Отметьте способы, с помощью которых можно показать детям свою любовь, одобрение и принятие:
  - Слова одобрения.
  - Физическое прикосновение.
  - Качественное время, или пристальное внимание.
  - Дарение подарков
  - Давать деньги за полученные пятёрки
4. Авторитетный (демократический) стиль воспитания –...
  - характеризуется стремлением родителей установить теплые отношения с ребенком, привлекая его к решению проблем, поощряя инициативу и самостоятельность.
  - характеризуется стремлением родителей максимально подчинить своему влиянию детей, пресекать их инициативу, жестко добиваться своих требований, полностью контролировать их поведение, интересы и даже желания.
  - проблемы воспитания не являются у взрослого первостепенными. Свои проблемы ребенку приходится решать самому ( «пусть растет самостоятельным, а мне некогда»). Нет в таких отношениях и эмоциональной связи.

▪ родители почти или совсем не ограничивают поведения детей. В такой ситуации дети практически лишены родительского руководства. Даже если поступки детей злят и выводят из равновесия, родители пытаются сдерживать свои чувства. Большинство из них настолько увлекаются демонстрацией безусловной любви, что прекращают выполнять непосредственные родительские функции, в частности устанавливать необходимые запреты для своих детей.

5. Родительская установка «*Господи, как ты мне надоел!*» - это:

- Установка «Не живи»
- Установка «Не будь ребенком»
- Установка «Не будь лидером»
- Установка «Не примыкай к другим»
- Установка «Не думай»

6. Родительская установка «*Я старше, я лучше знаю, слушай меня – и все!*»

- Установка «Не живи»
- Установка «Не будь ребенком»
- Установка «Не делай»
- Установка «Не будь лидером»
- Установка «Не думай»

7. Индифферентный (попустительский) стиль воспитания - ...

▪ характеризуется стремлением родителей установить теплые отношения с ребенком, привлекая его к решению проблем, поощряя инициативу и самостоятельность.

▪ родители почти или совсем не ограничивают поведения детей. В такой ситуации дети практически лишены родительского руководства. Даже если поступки детей злят и выводят из равновесия, родители пытаются сдерживать свои чувства. Большинство из них настолько увлекаются демонстрацией безусловной любви, что прекращают выполнять непосредственные родительские функции, в частности устанавливать необходимые запреты для своих детей.

▪ характеризуется стремлением родителей максимально подчинить своему влиянию детей, пресекать их инициативу, жестко добиваться своих требований, полностью контролировать их поведение, интересы и даже желания.

▪ проблемы воспитания не являются у взрослого первостепенными. Свои проблемы ребенку приходится решать самому ( «пусть растет самостоятельным, а мне некогда»). Нет в таких отношениях и эмоциональной связи.

8. Выберите правильное утверждение:

Дисциплина – это...

- система наказаний для привития социокультурных навыков;
- правила поведения личности, соответствующие принятым в обществе нормам или требованиям правил распорядка;
- система контроля поведения ребенка;
- требования безоговорочного подчинения.