

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Курортного  
района Санкт-Петербурга

# Программа Родительского клуба "Моя семья"

Авторы-составители:

Педагоги-психологи:

Бузецкая С.В.

Клятышева С.В.

Коваленко Е.А.

Сажина И.А.

Чежина Я.В.

Санкт-Петербург

2023

## Пояснительная записка

Образование в России в основном ориентировано на обеспечение познавательного развития ребёнка. С психологической же точки зрения, специфика развития заключается не столько в овладении ребёнком знаний, сколько в становлении базовых свойств его личности: самооценки, эмоциональной сферы, смыслов и установок, а также социально-психологических особенностей в системе отношений с родителями. Отношения с родителями – это первые и основные отношения, в которых ребёнок учится взаимодействовать с миром. Именно поэтому мы выбрали такую форму психологического просвещения родителей, как Родительский клуб. Занятия с родителями проходят в интерактивном формате в режиме активного обсуждения и проработки практических элементов, с использованием методов арт-терапии.

**Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность:** Содержание программы ориентировано на гармонизацию детско-родительских отношений и эмоциональное благополучие родителей. Новизна данной программы заключается в использовании арт-терапевтических методов, как способа психологического просвещения родителей и психологической работы.

### ***Цели программы:***

- психологическое просвещение родителей с использованием арт—терапевтических приемов и методов.

### ***Задачи программы:***

- формирование умения видеть стереотипы поведения, которые влияют на детско-родительские отношения;
- формирование доверия, принятия, искренности и взаимопонимания в детско-родительских отношениях;
- формирование навыка взаимопонимания родителей и детей;
- обучение родителей способности понимать потребности ребёнка, которые лежат в основе его поведения;
- обучение родителей сохранению психологического здоровья и ресурсного состояния;
- обучение родителей навыкам безопасного выражения эмоций.

**Участники программы:** родители и законные представители несовершеннолетних.

**Срок обучения:** 9/36/9 (час., нед., мес.)

**Режим занятий:** 1 раз в месяц (90-120 минут).

Программа рассчитана на родителей и законных представителей несовершеннолетних. Занятия проходят в группе по 10-12 человек 1 раз в месяц. Продолжительность одного занятия – 90-120 минут.

### Тематический план

**Занятие 1 «Взаимодействие с ребенком» – 1,5-2 часа.**

**Цель:** обучить родителей навыкам позитивного взаимодействия с ребенком.

**Занятие 2 «Три состояния личности: родитель – взрослый – ребенок.**

**Понимать и гармонизировать – 1,5-2 часа.**

**Цель:** ознакомить родителей с тремя состояниями личности человека.

**Занятие 3 «Русская тряпичная Кукла-пеланашка – хранитель семейных традиций и ценностей» – 1,5-2 часа.**

**Цель:** создание условий для понимания важности семейных ценностей и традиций; обучение поиску внутренних ресурсов.

**Занятие 4 «Родительские установки и их влияние на нашу жизнь» – 1,5-2 часа.**

**Цель:** осознание родительских установок.

**Занятие 5 «Благодарность: роль в отношениях, как мы ее выражаем, связь с долголетием»– 1,5-2 часа.**

**Цель:** помощь в осознании, что благодарность – важный аспект человеческих отношений.

**Занятие 6 «Мотивация – путь к успеху!»– 1,5-2 часа.**

**Цель:** обучение родителей условиям, формирующим мотивацию.

**Занятие 7 «Играм все возрасты покорны: о психологической пользе игр в любом возрасте» – 1,5-2 часа.**

**Цель:** ознакомить родителей с важностью игры в жизни ребенка.

**Занятие 8 «Внутренняя энергия: как накопить и приумножить? Ресурсная практика: Сад моей мечты»– 1,5-2 часа.**

**Цель:** поиск ресурсов для создания положительного эмоционального и психологического настроения в трудных, стрессовых ситуациях, для сохранения эмоционального здоровья.

**Занятие 9 «Внутренняя энергия: как накопить и приумножить? Ресурсная практика: создаем мандалу из природных материалов»– 1,5-2 часа.**

**Цель:** поиск ресурсов для создания положительного эмоционального и психологического настроения в трудных, стрессовых ситуациях, для сохранения эмоционального здоровья.

**Программа занятий Родительского клуба «Моя семья». Приложение №1**

**Описание полученных результатов**

По итогам прохождения программы Родительского клуба «Моя семья» родителями или законными представителями были оставлены письменные отзывы в форме Анкеты обратной связи.

В результате обобщенного анализа анкет были получены следующие данные, они представлены в диаграммах. Приложение №2.

1. «Что было важным для Вас на занятиях?»
  - грамотная подача лекционного материала,
  - удобная и легкая форма подачи теоретической части,
  - много практических упражнений,
  - смогли поделиться трудностями во взаимоотношениях с ребенком,
  - получили полезные рекомендации от ведущих, что мы можем изменить в своем поведении, чтобы уменьшилась проблема,
  - благодаря обсуждаемым вопросам смогли взглянуть на проблемы с ребенком с другой стороны.
2. «Что нового Вы узнали на наших встречах?»:
  - способы бесконфликтного общения с детьми,
  - стали замечать в себе «ошибки» в воспитании собственных детей,
  - что у проблемы может быть несколько способов решения,
  - поняли, где и кого я могу получить поддержку,
  - что я имею право на получение помощи,
  - как важно выразить благодарность ребенку и это может быть отправной точкой в улучшении отношений.
3. «Чему Вы научились? Будете ли Вы применять полученные знания и навыки в жизни?»:

- получили интересные знания и навыки по общению внутри семьи, о способах качественного взаимодействия в семье,
  - признавать свои ошибки во взаимоотношениях с ребенком,
  - открыто и безопасно для ребенка выражать свои негативные чувства,
  - признавать свои ошибки во взаимоотношениях с ребенком,
  - глубоко и осознанно выражать благодарность,
  - точно выражать свои потребности во взаимоотношениях с ребенком.
  - стали реже посещать негативные, депрессивные состояния, научился с ними справляться,
  - было полезно обмениваться опытом и полученными знаниями друг с другом на занятиях,
  - применяем все полученные знания и видим результат.
4. «С какими трудностями столкнулись при выполнении упражнений?»
- сначала было трудно быть искренним, делиться проблемой,
  - был страх ошибиться и не справиться с упражнениями,
  - мешал собственный опыт, полученный в родительской семье,
  - внутреннее сопротивление родительским установкам, жизненным сценариям.
  - сложности в доверии к этому миру.
5. «Что изменилось в Ваших отношениях с ребенком?»
- реже ссоримся с детьми,
  - вместо ссор и конфликтов чаще вступает в диалог,
  - ребенок чаще стал ценить мои родительские действия и заботу,
  - я стала принимать и радоваться самостоятельности своего ребенка,
  - чаще находимся вместе без эмоционального напряжения,
  - стали больше доверять друг другу,
  - появилась открытость в отношениях.

На основании полученных данных можно сделать вывод, что такая форма работы с родителями, как Родительский клуб, с использованием методов арт-терапии, является эффективной и действенной формой приобретения родителями навыков позитивного взаимодействия с ребенком, повышения психологической компетентности родителей, привлечения внимания родителей к важности атмосферы в семье, совместной деятельности и сохранению семейных традиций и ценностей.

Такая форма работы нашла отклики в общественном пространстве и СМИ:

1. Занятие «Русская тряпичная Кукла-пеланашка – хранитель семейных традиций и ценностей» было представлено в рамках ПМОФ 2023, как «Ранняя профилактика семейного неблагополучия в условиях работы Родительского клуба».
2. О занятии «Внутренняя энергия: как накопить и приумножить? Ресурсная практика: создаем мандалу из природных материалов» был сюжет на кабельном телевидении «Залив ТВ».
3. Ведущие Родительского клуба педагоги-психологи были приглашены для интервью в программу «Диалог у озера» кабельного телевидения «Залив ТВ»  
<https://youtu.be/d8VdLEndqYw?si=fSWtGn5YnAsokfN5>
4. Ведущие Родительского клуба педагоги-психологи выступали на методических объединениях, педагогических советах и общешкольных родительских собраниях в образовательных учреждениях, где рассказывали о своей работе в Родительском клубе, делились опытом.
5. Ведущими Родительского клуба педагогами-психологами на базе подростково-молодежного клуба был создан «Клуб психологического апгрейда – школа молодых родителей Психологика».

### Список используемой литературы:

1. Черняева С. А. Психотерапевтические сказки и игры. СПб., 2007
2. "Арт-терапия". ред.-сост. А.И.Копытин. СПб, 2001.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д, Грабенко Т.М. "Практикум по креативной терапии". М.: ТЦ Сфера, 2003.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. "Путь к волшебству, Теория и практика арттерапии". СПб.:Златоуст, 2005.
5. Киселева М.В. "Арт-терапия в работе с детьми". СПб.: Речь, 2008.
6. Копытин А.И. "Теория и практика арт-терапии". СПб., 2002.
7. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. "Арт - терапия детей и подростков". М.: Когито - Центр, 2007.
8. Добряков И., Никольская И., Эйдемиллер Э. Семейный диагноз и семейная психотерапия. – СПб.: Речь, 2006.
9. Кипнис М. «Тренинг семейных отношений», ч.1, М.:Ось – 89, 2006.
10. Правда о том, как быть хорошей мамой. Как сохранить рассудок и вырастить замечательных детей. — М.: Прайм-Еврознак: АСТ, 2007.
11. Синягина Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений. М.: Владос. 2001.
12. Розенберг М. Ненасильственное общение: язык жизни.
13. Дайн, Г.Л., Дайн М. Б. Русская тряпичная кукла. Культура, традиции, технологии / Г.Л. Дайн, М.Б. Дайн. - М.: Культура и традиции, 2007. - 119 с.
14. Денисова Т. Народные куклы-обереги.- СПб.: Питер, 2016.
15. Евгения Елисеева. Магия народной куклы. Руководство по фольклорной куклотерапии. – Екатеринбург: Издательские решения, 2021.- 198 с.
16. Народное искусство в воспитании детей / Под ред. Т.С. Комаровой. - М.: Педагогическое общество России, 2005.
17. Михайлова Е.Л. «Я у себя одна», или Веретено Василисы. – М.: Независимая фирма «Класс», 2008.
18. Москин Д., Яшкова Т. «Загадка народной куклы».- Петрозаводск: Периодика, 2010.- 64с., 2010.
19. Хеллингер Б. И в середине тебе станет легко. 3-е изд-е. – М.: Психотерапия, 2008.
8. Шайдурова Н.В. «Традиционная тряпичная кукла. Учебно-методическое пособие» Санкт-Петербург: ДЕТСТВО-ПРЕСС,