

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

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБУ ДО ЦППМСП
Калининского района
Санкт-Петербурга

Протокол № 1
от 31 августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДО ЦППМСП
Калининского района Санкт-Петербурга

_____ О.В. Баранова

Приказ № 12 от 01.09.2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«НАВСТРЕЧУ ДРУГ ДРУГУ»

Составители:
педагог-психолог Иванова Нина Михайловна
педагог-психолог Черкасова Ольга Юрьевна

Санкт-Петербург
2022 год

Пояснительная записка

Актуальность программы

Детско-родительские отношения имеют первостепенное значение для психического здоровья детей. Ребенок приходит в мир своих родителей, его семьи. И именно семья становится тем пространством, в котором существуют риски для ребенка, и семья может смягчать и компенсировать существующие поведенческие трудности. Многие родители не знают эмоциональных потребностей своих детей и не обладают необходимыми навыками для эффективного взаимодействия с ними. К сожалению, многие родители фактически не знакомы со своими детьми и не хотят потратить время на то, чтобы быть с ними вместе. Поэтому в психологической коррекции нуждаются не только дети, но и их родители.

Наша программа предлагает выстроить занятия таким образом, чтобы укрепить отношения между родителями и детьми, создать атмосферу, в которой ребенок будет чувствовать себя достаточно безопасно, родителей научат быть более сензитивными к своим детям и с пониманием относиться к ним.

Цель программы

Создание условий для гармонизации отношений в детско-родительской группе, повышение уровня коммуникативной культуры в детско-родительских отношениях.

Задачи

- Укрепить уверенность родителей в собственных воспитательных возможностях
- Улучшить понимание родителями собственного ребенка, особенностей и закономерностей его развития.
- Развивать навыки сотрудничества между родителями и детьми.

Адресат программы

Программа предназначена для работы с детьми 7-17 лет и их родителями в индивидуальной форме или малой группе. Содержание занятий варьируется в зависимости от уровня развития детей, их возрастных и индивидуальных особенностей, особенностей детско-родительских отношений и наполняемости группы.

Формы работы

Во время занятий используются методы арт-терапии: творческие задания, ролевые игры, песочная терапия, коллаж, бумагопластика.

Условия проведения занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Для занятий необходимо:

1. Светлое проветриваемое помещение (должно быть достаточно места для передвижения), столы и стулья для рисования;
2. Принадлежности для рисования, бумагопластики и коллажей (бумага, ручки, фломастеры, карандаши, клей, ножницы), лепки (пластилин, стеки, подложки), подносы с песком; игрушки.
3. Бланки для диагностики.

Планируемые результаты

Улучшение эмоционального состояния ребенка и родителей, снижение количества конфликтов в семье, гармонизация детско-родительских отношений, улучшение взаимоотношений между родителем и ребенком.

Структура занятий:

1. Ритуал приветствия
2. Разминка
3. Основное содержание занятия
4. Ритуал завершения занятия

Тематическое планирование

№	Виды работы	Время
1.	Входная диагностика	2 часа
2.	Знакомство.	2 часа
3.	Мир детский и мир взрослый.	2 часа
4.	Раскрытие творческого потенциала при взаимодействии ребенка и родителя.	2 часа
5.	Душевная погода.	2 часа
6-7.	Понимаем себя – понимаем другого.	4 часа
8.	Изменение неконструктивных семейных установок.	2 часа
9.	Мы вместе.	2 часа
10.	Выходная диагностика. Завершение курса занятий.	2 часа
Итого		20 часов

Содержание программы

Занятие 1.

Тема: Входная диагностика

Цель занятия: Входная диагностика для ребенка и для родителей.

Диагностика для ребенка

Проективная методика «Кинетический рисунок семьи», проективная методика «Несуществующее животное», проективная методика «Человек под дождем»

Диагностика для родителей

Тест - опросник «Методика диагностики родительского отношения А.Я.Варга, В.В. Столин», методика САН

2. Консультирование родителей и детей по результатам диагностики

Занятие 2.

Тема: Знакомство.

Цель занятия: создание позитивного настроения на работу, выявление запроса, принятие правил работы. Входная диагностика.

Упражнение 1.

Представление психолога. Представление участников занятия

Упражнение 2.

Игра «Давайте поздороваемся».

Упражнение 3.

Знакомство с правилами работы. Обсуждение и принятие правил.

Упражнение 4.

Поделимся своими мыслями об ожиданиях от наших встреч.

Упражнение 5.

Диагностика детско-родительских отношений. Проективная методика «Нарисуй растение». Обсуждение.

Занятие 3.

Тема: Мир детский и мир взрослый.

Цель: Осознание разницы между миром ребенка и взрослого: отличие мира детского от мира взрослого: восприятие, реакция, мышление, ценности

Упражнение 1.

Вспоминаем прошлое занятие. И рассказываем о самом интересном, что произошло за неделю.

Упражнение 2.

Игра «Разговор руками». Обсуждение.

Упражнение 3.

Игра «Построим башню из бумаги». Обсуждение

Упражнение 4.

Завершение занятия.

Занятие 4.

Тема: Раскрытие творческого потенциала при взаимодействии ребенка и родителя.

Цели: Актуализация творческого потенциала родителя.

Формирование чувства близости между ребенком и родителем

Развитие креативности ребенка и принятие взрослым его индивидуальности.

Упражнение 1.

Вспоминаем прошлое занятие и рассказываем о самом интересном, что произошло за неделю.

Упражнение 2.

Игра «Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем».

Упражнение 3.

«Посади сад». Обсуждение

Упражнение 5.

Завершение занятия.

Занятие 5.

Тема: Душевная погода. Причины уверенного и неуверенного поведения, как формируется адекватная самооценка.

Цель: Снятие страхов, преодоление неуверенности в себе, повышение самооценки

Упражнение 1.

Вспоминаем прошлое занятие. И рассказываем о самом интересном, что произошло за неделю.

Упражнение 2.

«Дорисуй картину»

Упражнение 3.

«Построй картину на песке». Родитель и ребенок выстраивают песочные картины на отдельных подносах.

Упражнение 4.

Обсуждение картин. Рефлексия.

Упражнение 5.

Завершение занятия

Занятие 6.

Тема: Понимаем себя – понимаем другого.

Цели:

Развитие взаимопонимания между ребенком и родителем, умение актуализировать положительные качества друг друга.

Развитие позитивной «Я-концепции»

Упражнение 1.

Вспоминаем прошлое занятие и рассказываем о самом интересном, что произошло за неделю.

Упражнение 2.

Игра «Тень»

Упражнение 3.

«Слепи животное». Рассказ о животном и взаимодействие от имени животных между родителем и ребенком. Обсуждение. Рефлексия

Упражнение 4.

Завершение занятия.

Занятие 7.

Тема: Понимаем себя – понимаем другого. Как поддерживать своего ребенка, позитивное подкрепление ребенка родителями.

Цель: Развитие позитивной «Я-концепции»

Упражнение 1.

Вспоминаем прошлое занятие и рассказываем о самом интересном, что произошло за неделю

Упражнение 2.

Игра «Ласковое имя»

Упражнение 3.

Коллаж «Что в моем уме»

Упражнение 4.

Обсуждение коллажей. Рефлексия.

Упражнение 5.

Завершение занятия

Занятие 8.

Тема: Изменение неконструктивных семейных установок. Разница в восприятии семейной ситуации взрослым и ребенком. Как разрешать семейные конфликты.

Цель: Создание позитивного образа семейных отношений

Упражнение 1.

Вспоминаем прошлое занятие рассказываем о самом интересном, что произошло за неделю

Упражнение 2.

«Метафора на себя, родителя и семью»

Упражнение 3.

«Построй картину семьи на песке» Родитель и ребенок выстраивают на отдельных подносах песочную картину своей семьи. Обсуждение, рефлексия.

Упражнение 4.

«Построй общую картину семьи на песке» Родитель и ребенок выстраивают общую картину своей семьи. Обсуждение, рефлексия.

Упражнение 5.

Завершение занятия

Занятие 9.

Тема: Мы вместе. Формирование навыков позитивного мышления.

Цель: Моделирование позитивных детско-родительских отношений в будущем.

Упражнение 1.

Вспоминаем прошлое занятие и рассказываем о самом интересном, что произошло за неделю

Упражнение 2.

Игра «Мне нравится в тебе...».

Упражнение 3.

Игра «Чемодан»

Упражнение 4.

Рисунок «Моя семья в будущем» Обсуждение, рефлексия

Упражнение 5.

Завершение занятия

Занятие 10.

Тема: Выходная диагностика

Цель занятия: Входная диагностика для ребенка и для родителей.

Диагностика для ребенка

Проективная методика «Кинетический рисунок семьи», проективная методика «Несуществующее животное», проективная методика «Человек под дождем»

Диагностика для родителей

Тест - опросник «Методика диагностики родительского отношения А.Я.Варга, В.В. Столин», методика САН

2. Консультирование родителей и детей по результатам диагностики

3. Упражнение «Чемодан»

Приложение 1.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ХОДЕ ЗАНЯТИЙ.

Правила работы группы:

- общение по принципу «здесь и сейчас» (обсуждается только то, что происходит в группе);
- персонификация высказываний (говорим только от своего имени: «я думаю», «я считаю», «я чувствую»);
- искренность в общении (говорим только то, что чувствуем, только правду или молчим);
- конфиденциальность всего происходящего в группе (все, что происходит во время занятий, не выносится за пределы группы).

«Давайте поздороваемся»

Инструкция: по сигналу ведущего участники здороваются за руку, плечами, спинами

Упражнение «Нарисуй растение»

Инструкция родителю и ребенку: нарисовать себя и партнера в образе растения

Обсуждение:

1. Что за растение, расскажите про него.
2. Какое оно, где растет, кто окружает, какая погода.
3. Кто и как за ним ухаживает, каким оно вырастет, что ему необходимо для роста и т. д.

Обмен впечатлениями в общем круге: что для вас было интересно как для родителя.

«Разговор руками»

Инструкция: родитель и ребенок садятся друг против друга, так, чтобы можно было взять друг друга за руки. Их задача: с закрытыми глазами, обязательно молча встретиться друг с другом руками, «познакомиться», потом «поссориться», затем «помириться» и «попрощаться».

Упражнение «Построить башню»

Инструкция: родителю и ребенку: используя бумагу, клей, скотч, карандаши построить башню

Обсуждение:

1. Кто был лидером?
2. Слышали ли вы предложения и замечания друг друга?
3. Довольны ли вы получившимся результатом ?
4. Хочется ли вам что-то изменить?

Игра «Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем».

Инструкция: родитель или ребенок по-очереди показывают какие-то действия и угадывают кто что показал.

Упражнение «Посадим сад»

Инструкция: родителю и ребенку предлагается нарисовать дерево, которое они себе представили, вырезать и посадить его в саду - на листе бумаги. Мама и ребенок рисуют деревья, сажают. Им предлагается оформить дизайн сада: дорисовать водоемы, животных, цветы и все, что захочется еще, чтобы получилась законченная картина. Представление работ. Проговаривание чувств, которые испытывали участники во время работы.

Обсуждение:

1. Кто был лидером?
2. Слышали ли вы предложения и замечания друг друга?
3. Довольны ли вы получившимся результатом?
4. Хочется ли вам что-то изменить?

Упражнение: «Дорисуй картину»

Инструкция: родителю и ребенку предлагается выбрать фрагменты различной формы и цвета, приклеить на лист бумаги и дорисовать до законченной картины. Обсуждение

Упражнение: «Построй картину на песке».

Инструкция: родителю и ребенку предлагается построить песочные картины на отдельных подносах. Обсуждение картин. Рефлексия.

Игра «Тень»

Инструкция: родитель и ребенок по-очереди идут друг за другом и стараются в точности копировать движение другого. Обсуждение

Упражнение «Слепи животное».

Инструкция: родителю и ребенку предлагается слепить из пластилина любое животное. Рассказ о животном и взаимодействие от имени животных между родителем и ребенком. Рефлексия. Обсуждение

Упражнение «Ласковое имя»

Инструкция: родитель и ребенок придумывают уменьшительно-ласкательные имена друг для друга. Обсуждение. Рефлексия.

Упражнение «Что в моем уме»

Инструкция: родителю и ребенку предлагается выбрать картинки из различных журналов и составить коллаж «Что в моем уме». Обсуждение коллажей. Рефлексия.

Упражнение

«Метафора на себя, родителя и семью»

Инструкция: родителю и ребенку предлагается придумать ассоциацию или метафору на себя и на родителя. Обсуждение. Рефлексия.

Упражнение

«Построй картину семьи на песке»

Инструкция: родителю и ребенку предлагается выстраивать на отдельных подносах песочную картину своей семьи. Обсуждение, рефлексия.

Упражнение

«Построй общую картину семьи на песке»

Инструкция: родитель и ребенок выстраивают общую картину своей семьи. Обсуждение, рефлексия.

Упражнение

Игра «Мне нравится в тебе...».

Инструкция: родитель и ребенок по-очереди продолжают фразу «мне нравится в тебе...», учатся хвалить друг друга. Обсуждение, рефлексия

Игра «Чемодан»

Инструкция: родитель и ребенок по-очереди выходят за дверь, остальные обсуждают, что ему можно пожелать изменить в будущем для изменения детско-родительских отношений.

Упражнение

Рисунок «Наша семья в будущем»

Инструкция: родителю и ребенку предлагается нарисовать каждому свой рисунок «Наша семья в будущем». Обсуждение, рефлексия.

Приложение 2

Анкета

Фамилия, имя _____

Дата _____

1. Какие чувства по отношению к ребенку Вы испытывали чаще всего до начала курса занятий

2. Какие чувства по отношению к ребенку Вы испытываете чаще всего по завершению курса

3. Какие изменения в ребенке (подростке) Вы заметили по завершению курса занятий _____

4. Какие изменения в себе Вы заметили по завершению курса занятий _____

5. Какие изменения во взаимоотношениях с ребенком Вы заметили по завершению _____ курса

6. Попробуйте сравнить:

- вашу родительскую компетентность к началу занятия (нужное обведите)

1 2 3 4 5

и

- вашу родительскую компетентность к концу занятия (нужное обведите)

1 2 3 4 5

Огромное спасибо