|  |  |
| --- | --- |
| МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ АЛТАЙСКОГО КРАЯ | |
| C:\Documents and Settings\Impuls\Рабочий стол\шапка.jpg | КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  «**КРАЕВОЙ КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ ЖЕНЩИН**» |
| 656010 г.Барнаул, ул.Смирнова 79 г, тел.34-22-55,e-mail:womenkrizis@yandex.ru | |

Программа по формированию ответственного родительства

«мои дети – моя ответственность»

Составители: Ковалева О.И.

Елисеева А.П.

**Барнаул, 2020**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Актуальность программы**

Актуальность проблематики исследования обусловлена Указом Президента РФ № 1351 от 9.10.2007 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года». В Концепции определяются принципы демографической политики страны. К числу основных задач относится укрепление института семьи, возрождение и сохранение духовно-нравственных традиций семейных отношений посредством пропаганды ценностей семьи, возрождению и сохранение духовно-нравственных традиций семейных отношений, усиление государственной поддержки семей, имеющих детей.

Также актуальность и социальная значимость программы обусловлена современная социокультурной реальностью - необходимостью решения проблем, связанных с социальным институтом семьи. Особо значимыми вопросами можно обозначить укрепление семьи, формирование нравственных отношений будущих родителей в быту, подготовка подрастающего поколения к семейной жизни.

Значимость семейных отношений у молодёжи падает в связи с формированием системы ценностей, основанной на приоритете индивидуалистического «Я», утрате семейных традиций, разрушении семейного уклада, низкого уровня представлений о базовой социально-психологической функции человека – родительстве (материнстве или отцовстве).

В процессе решения данного круга вопросов, особую значимость приобретает просвещение учащихся общеобразовательного учреждения по подготовке к самостоятельной семейной жизни (социально-педагогическое, психологическое, юридическое).

Наиболее сенситивным в формировании готовности к семейной жизни является возраст старшего школьника. В процессе решения данного круга вопросов, особую значимость приобретает социально-педагогическое просвещение учащихся общеобразовательного учреждения по подготовке к самостоятельной семейной жизни. Подготовка старшеклассников к семейной жизни – это комплекс морально-педагогических воздействий, оказываемых школой, семьей и общественностью с целью формирования у учащихся морального сознания, развития соответствующих чувств, выработки нравственных убеждений, свойств характера, навыков и привычек, связанных с готовностью к браку и семейной жизни, а также руководство их самоподготовкой в этом направлении.

Акселерация современных юношей и девушек способствует созданию ранних браков, число которых в последние годы увеличивается. Однако, отсутствие достаточного социального и нравственного опыта, слабая психологическая готовность к созданию семьи, зачастую приводят эти браки к распаду. Статистика показывает, что количество разводов в Российской Федерации составляет 153 406 на 185 969 браков (2010 год). Таким образом, количество разводов в России за 2010 год составило 80%.  Семьи, которые разводятся, имеют одного или нескольких детей. В результате каждый год сотни тысяч детей остаются на воспитании матерей. Высокими темпами растет число неполных семей. Это отрицательным образом сказывается на воспитании детей, подготовке к самостоятельной семейной жизни. Зачастую дети, лишенные воспитания одного из родителей, во взрослой жизни испытывают трудности в процессе воспитания своих собственных детей. Поспешное решение о вступлении в брак - является одними из весомых обстоятельств, считающихся основными причинами развода, а осознанность выбора и готовность к ответственности являются критериями длительного союза.

Важность подготовки старшеклассников к семейной жизни и недостаточное влияние семьи и школы в этом направлении актуализируют необходимость организации мероприятий по формированию знаний и умений старшеклассников общеобразовательного учреждения по подготовке к самостоятельной семейной жизни.

Подготовка старшеклассников к семейной жизни – это комплекс морально-педагогических воздействий, оказываемых школой, семьей и общественностью с целью формирования у учащихся морального сознания, развития соответствующих чувств, выработки нравственных убеждений, свойств характера, навыков и привычек, связанных с готовностью к браку и семейной жизни, а также руководство их самоподготовкой в этом направлении.

Современные средства подготовки старшеклассников к самостоятельной семейной жизни несколько отличаются от ранее существовавших традиционных норм поведения и установившихся правил семейной жизни в обществе, и могут быть представлены в форме лекций, круглого стола, брейн-ринга, проведении проблемных дискуссий, беседы, социально-педагогического проектирования и т.п.

Конечной целью данных мероприятий должно стать сохранение значимости института семьи, пропаганда многодетности как способа обеспечить полноценное функционирование семьи, а также формирование готовности старшеклассников к самостоятельной семейной жизни.

Таким образом, возникает противоречие между потребностями подростков в приобретении базовой системы знаний, касающихся подготовки к самостоятельной семейной жизни, самопознании, самоопределении, самоактуализации в дальнейшей жизни с помощью семьи и невозможностью полноценно реализовать данные процессы в социальном взаимодействии, которое и определяет актуальность программы «Поговорим о семье».

Учитывая, что в настоящее время общеобразовательная школа является массовым и доступным образовательным учреждением, в котором осуществляется непрерывное психологическое и социально-педагогическое сопровождение подростков, целесообразно реализовать программу.

Социальная значимость данной программы состоит в том, что она позволяет в общеобразовательной школе, а также других организациях социального обслуживания, в том числе совместно с Центрами планирования семьи, создать организационно-педагогические условия для формирования готовности старшеклассников к самостоятельной семейной жизни, реализации превентивной социально-педагогической поддержки подросткам, направленной на развитие умений и навыков межполового общения, а также навыков осознанного родительства, становление их субъектной позиции в процессе социализации.

**Цели и задачи программы:**

Формирование психологической готовности старшеклассников к самостоятельной семейной жизни, выработка позиции ответственного родительства.

**Задачи программы:**

1. Содействовать формированию мотивационной готовности у старшеклассников общеобразовательных учреждений к участию в данной программе.
2. Установить доверительное взаимодействие со старшеклассниками по вопросам будущего родительства и организации взаимодействия в браке.
3. Выявить основные трудности и недостаток знаний и умений, социальные проблемы старшеклассников по подготовке к самостоятельной семейной жизни.
4. Сформировать у старшеклассников систему психологических знаний и умений к родительству.

**Целевая группа:**

Старшеклассники общеобразовательных учреждений с 9 по 11 классы.

**Сроки и этапы реализации программы. Программа состоит из трех этапов:**

**1 ЭТАП – начальный.**

*1 занятие.* Знакомство со старшеклассниками. Выявление уровня мотивационной готовности к участию в программе посредством беседы. Проведение анкетирования, состоящего из 11 вопросов на выявление уровня психологической готовности к родительству. Анализ результатов анкетирования (при необходимости, можно подкорректировать структуру тренингов (см. приложение 1).

**2 ЭТАП – ОСНОВНОЙ.**

*2 занятие.* Тренинг на тему «Семья как ценность». В тренинг включены упражнения, способствующие формированию ответственной позиции к созданию семьи (в том числе, выбору партнера и рождению детей). Разделившись на подгруппы, в совместном обсуждении, старшеклассники строят пирамиду семейных ценностей, решают жизненные ситуации, высказывают собственное мнение, тем самым учатся предъявлять себя.

Также в тренинге раскрываются основные функции семьи, роль семьи как посредника между социумом и индивидом (семья как институт социализации). Включает в себя 4 упражнения, время занятия – 90 минут (приложение 2).

Цель – выработать у старшеклассников позицию ответственного родительства на основе ценностно-смыслового образа будущей семьи.

Задачи:

1. Принять правила групповой работы.
2. Способствовать осознанию роли семьи в обществе (семья как ценность).
3. Сформировать у старшеклассников позицию ответственного родительства (в том числе, выбору партнера и рождению детей).

*3 игровое занятие* с элементами психологического тренинга «Я – будущий родитель». Включает в себя 6 упражнений. Время занятия - 50 минут (приложение 3).

Цель – сформировать ответственную позицию по отношению к родительству.

Задачи:

1. Осознать свои чувства, научиться их предъявлять другим.
2. Развить образное мышление старшеклассников, активизировать мыслительную деятельность.
3. Совершенствовать навыки эмпатии и рефлексии.
4. Научиться конструктивно решать проблемные ситуации в коллективе.

*4 занятие «Тренинг конструктивного общения».*

Цель – сформировать представление о ценности конструктивного, неагрессивного поведения в процессе воспитания детей (путем развития умения строить свою речь в соответствии со своими целями и своей ролью относительно собеседника, развития навыка говорить «нет» без чувства вины и др.)

Задачи:

1. Развить умение строить свою речь в соответствии со своими целями и своей ролью относительно собеседника.
2. Развить у старшеклассников умение говорить «нет», без чувства вины.
3. Корректировать имеющиеся проблемы в межличностном общении с использованием сказкотерапии (приложение 4).

*5 занятие.* Беседа-дискуссия «Стили родительского воспитания и их влияние на развитие ребенка»(приложение 5).

Цель – ознакомить со стилями семейного воспитания.

Задачи:

1. Организовать беседу-дискуссию о стилях семейного воспитания и их влиянии на развитие ребёнка.
2. Определить в процессе обсуждения, к какому типу семейного воспитания относятся старшеклассники.
3. Ответить на вопросы старшеклассников о стилях семейного воспитания, получить обратную связь.

*6 занятие «Моя семья»* (приложение 6). Цель занятия: осознание участниками проблем своей семьи, актуализация способов достижения счастливой семейной жизни в будущем.

**3 ЭТАП – завершающий.**

7 занятие «Мои ресурсы и ценности». А также проведение повторного анкетирования, подведение итогов по факту реализации программы.

Программа рассчитана на 7 встреч. Занятия по данной программе могут проводиться в групповой форме 2 – 4 раза в месяц. Продолжительность занятия составляет 40-90 минут. Для проведения групповых занятий желательно формировать группы не более 10-12 человек.

Организационно и содержательно программа будет осуществляться в три основных этапа.

На начальном этапе происходит установление контакта со старшеклассниками, мотивирование на участие в программе и оценка их ресурсов, включающая определение проблемных сфер.

На основном этапе осуществляется содержательная работа, включающая работу со старшеклассниками по программе.

На завершающем этапе реализации программы подводятся итоги работы со старшеклассниками, проводится оценка достигнутых результатов, определяется необходимость дальнейшей работы.

#### Ожидаемые результаты.

1. Повышение мотивационной готовности у старшеклассников к участию в данной программе;

2. Снижение тревожности, повышение интереса старшеклассников к познанию себя как будущих родителей.

3. Сформированная психологическая готовность старшеклассников к родительству.

4. Выработка позиции ответственного родительства на основе ценностно-смыслового образа будущей семьи.

5. Повышение уровня необходимых знаний о процессах развития и воспитания физически и психически здорового ребенка.

**Место проведения.**

Занятия проводятся на базе КГБУСО "Краевой кризисный центр для женщин" г. Барнаул, в специально оборудованном помещении, позволяющем свободно разместиться на мягких пуфах и комфортно взаимодействовать участникам друг с другом.

**Специалисты и требования к ним.**

Для реализации программы необходимо участие специалиста-психолога, который должен:

- иметь высшее профильное образование;

- знать возрастную психологию и психологию развития;

- иметь знания и опыт проведения психологического тренинга.

- способность своевременно выявлять и эффективно нейтрализовать негативные последствия реализации проекта.

- в случае необходимости быть готовым к проведению индивидуальных консультаций (в том числе психологических), и иметь соответствующий опыт.

**Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы:**

Занятия проводятся на базе КГБУСО "Краевой кризисный центр для женщин" г. Барнаул, в специально оборудованном помещении, позволяющем свободно разместиться на мягких пуфах и комфортно взаимодействовать участникам друг с другом.

Необходимое оборудование: музыкальный центр, диск с музыкой, ручки, наборы цветных карандашей, краски, кисти, альбомы, ватманы, отдельные распечатанные бланки методик.

**Тематический план групповых занятий.**

* + - 1. Знакомство. Выявление уровня мотивационной готовности к участию в программе посредством беседы. Проведение анкетирования на выявление уровня психологической готовности к родительству (приложение 1).
      2. Тренинг на тему «Семья как ценность» (приложение 2).
      3. Игровое занятие с элементами психологического тренинга «Я – будущий родитель» (приложение 3).
      4. Тренинг конструктивного общения (приложение 4).
      5. Беседа-дискуссия «Стили родительского воспитания и их влияние на развитие ребенка» (приложение 5).
      6. Занятие «Моя семья» (приложение 6).

Итоговое занятие «Мои ресурсы и ценности» (приложение 7). Цель занятия: закрепление и обобщение пройденного материала, поиск и актуализация жизненных ресурсов, создание позитивного образа будущего в призме ценностных ориентаций. Проведение повторного анкетирования с целью мониторинга динамики изменений уровня психологической готовности старшеклассников по итогам реализации программы. Обратная связь от участников программы (приложение 7).

**Список использованной литературы:**

# Абраменкова, В.В. Эволюция семьи России и современное детство / В.В. Абраменкова // Семья России. - 2006. - С.12.

1. Антонов, А.И. Многодетная семья в эру депопуляции (результаты всероссийского исследования многодетных матерей) / А.И. Антонов // Демографические исследования. - 2009. - №8-9. - С.22-25.

# Аседова, Э.М. Многодетная семья и ее проблемы / Э.М. Аседова // Современные проблемы культуры и воспитания. Выпуск 2. - 2005. - С.36-38.

# Дивицына, Н.Ф. Семьеведение. Многодетная семья и ее социальная защита. Учеб. пособие / Н.Ф. Дивицына. - М.: МГУ, 2006. - 127 с.

1. Госпорьян, А., Новикова М. Тенденции развития семьи в России/А. Госпорьян, М. Новикова.// Социальное обеспечение. М.,– 2005. - № 24. – С.4-7.
2. Захарченко, Е. Особенности современной социально-педагогической ситуации/Е. Захарченко// Социальная педагогика. - 2005. - № 2. – С. 28-32.
3. Илышев, А. М. Новым решениям по стимулированию многодетности - более прочную научную основу/ А. М. Илышев, А. П. Багирова, С. А. Спиридонова //Национальные интересы: приоритеты и безопасность. - М.,- 2010. - № 4. - С. 8-16.
4. Ковалев С. В. Психология семейных отношений / Ковалев С. В. – М., Мысль, 1987. – 465с.
5. Мелихова, Д. Г. Социально-психологические детерминанты имиджа многодетной семьи / Д. Г. Мелихова //Социальная политика и социология: междисциплинарный научно-практический журнал. - 2011. – № 2. – С. 276-286.

# Многодетная семья в современной России. Доклад на II Всероссийской конференции **/ Л.М. Прокофьева, Л.Н. Овчарова, В.И. Гришанов и др. //** Демография. Ру. - 2008. - №7. - 30 с.

1. Осипова, И.И. Установление контактов с семьей в процессе патронажа: методики и технологии // Отечественный журнал социальной работы. - 2005. - № 3. - С. 56-65.
2. Першикова, В.В. Социальный патронаж семьи: помощь родителям и детям / В.В Першикова // Отечественный журнал социальной работы. - 2006. - № 1. - С. 69-72.
3. Поддубная, Т.Н. Справочник социального педагога: защита детства в Российской Федерации/Т.Н. Поддубная. - Ростов на Дону: Изд-во Феникс, 2005. - 474 с.
4. Петрова, Е. А. Имидж многодетной семьи у российской молодежи/ Е. А. Петрова, Д. Г. Мелихова //Сотис - социальные технологии, исследования. - 2011. - № 2. - С. 26-35.
5. Прихожан А.М. К анализу генезиса самосознания в подростковом и раннем юношеском возрасте// Воспитание, обучение и психическое развитие. – М., 1983. – Ч.3. – С. 672.
6. Рогова, А. М. Особенности формирования семейных ценностей у современной российской молодежи / А. М. Рогова // Современные проблемы науки и образования. - 2007. - № 1. - С. 66-69.
7. Семенов, Г. , Лебедев Д. Социально-педагогическая работа с многодетными семьями/ Г. Семенов; Д. Лебедев //Воспитание школьников. – 2003 - №1. - С. 28-35.
8. Уханова, Т. О социальном воспитании детей / Т. Уханова // Социальное обеспечение. – 2004. - № 5. – С. 20-24.
9. Хухлина, В.В. Семья и дети в зеркале статистики / В.В. Хухлина // Отечественный журнал социальной работы. – 2005. - № 1. – С. 43-50.
10. Шакурова, М.В. Методика и технология работы социального педагога: учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений/ М.В. Шакурова. – М., Академия, 2007. - 272с.
11. Шеляг, Т.В. Социальный статус многодетных семей и их способность к самопомощи / Т.В. Шеляг // Социальная педагогика. - 2005. - №1. - С.53-56.
12. Шмелева, Н.Б., Васильев, А.А. Проблемы современной семьи и реализация основных направлений семейной / Н.Б. Шмелева, А.А. Васильев // Отечественный журнал социальной работы. - 2006. – № 2. – С. 59-63.
13. Шнейдер, Л. Б. Основы семейной психологии / Л. Б. Шнейдер. - М., Деловая книга, 2006. - 768 с.
14. Эйдемиллер Э. , Юстицкис В.[Психология и психотерапия семьи](http://www.ozon.ru/context/detail/id/3671825/)/ Э. Эйдемиллер, В. Юстицкий. – М.: Академический проект, 2008 - 401с.

Электронные ресурсы:

1. Сайт «Адалин» Развитие ребенка. Психологические особенности мальчиков и девочек. – 2014. [Электронный ресурс]. URL: <http://adalin.mospsy.ru/l_03_00/l0027.shtml> (дата обращения 13.04.2020).
2. Сайт ООН, Конвенция о правах ребенка. - [Электронный ресурс]. URL: <http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childcon.shtml> (дата обращения 13.04.2020).

**Приложение 1**

Уважаемый старшеклассник! Вам предлагается принять участие в исследовании уровня психологической готовности к родительству. Анкета анонимна. Нет правильных или неправильных ответов, поэтому старайтесь давать искренние ответы. Полученные данные будут использоваться исключительно в исследовательских целях, с сохранением полной конфиденциальности респондентов. Отвечая на вопросы, следуйте инструкциям.

**АНКЕТА:**

### Сколько вам лет? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### Ваш пол: А) Мужской Б) Женский

### Считаете ли Вы, что современному человеку необходима подготовка к родительству

А) Да

Б) Нет

В) Затрудняюсь ответить

### Кто, по Вашему мнению, должен готовить человека к родительству?

А) Семья

Б) Образовательные учреждения

В) Специалисты центров социального обслуживания (психологи, специалисты по социальной работе, юристы)

### 3) Какие ведущие мотивы вступления в брак Вы считаете приемлемыми?

### (выберите 3 варианта ответов)

А) Реализация потребности любить и быть любимым

Б) Беременность

В) Материальный расчёт

Г) Желание иметь стабильные сексуальные отношения

Д) Стремление обрести независимость от родительской семьи

Е) Повышение своего социального престижа

**4) Готовы ли вы стать родителем в настоящее время или в ближайшие 3 года?**

А) Да

Б) Нет

В) Затрудняюсь ответить

1. **Причина, по которой Вы не готовы иметь детей/ не стали заводить бы детей:**

**(допускается выбрать до 3 вариантов):**

А) Нет достаточной материальной базы (жилья, денег и др)

Б) Не готов психологически

В) Мои родители против

Г) Не встретил/а человека, с которым бы хотела разделить родительство

Д) Не окончил/а образовательное учреждение

Е) Не хочу иметь детей в будущем/ не люблю детей

### В каком возрасте Вы готовы родить детей?

А) 16-18

Б) 18-22

В) 23-25

Г) 25-30

Д) После 30

Е) Не планирую иметь детей по причине\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Сколько вы хотите иметь детей:**

А) Одного

Б) Двоих

В) Троих

Г) Более трёх

Д) Не задумывался/сь об этом

1. **Кто, по вашему мнению, в семье должен быть главным?**

А) Мужчина

Б) Женщина

В) На равных

### Дайте определение термину «осознанное родительство» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### Как Вы считаете должен ли у супругов существовать единый взгляд на воспитание детей?

А) Да Б) Нет

1. **В какой семье Вы выросли?**

А) в полной Б) в неполной

**Благодарим Вас за участие в исследовании!**

**Приложение 2**

**2 занятие. Тренинг на тему «Семья как ценность».**

Цель – выработать у старшеклассников позицию ответственного родительства на основе ценностно-смыслового образа будущей семьи.

Задачи:

1. Принять правила групповой работы.
2. Способствовать осознанию роли семьи в обществе (семья как ценность).
3. Сформировать у старшеклассников позицию ответственного родительства (в том числе, выбору партнера и рождению детей).

Разделившись на подгруппы, в совместном обсуждении, старшеклассники строят пирамиду семейных ценностей, решают жизненные ситуации, высказывают собственное мнение, тем самым учатся предъявлять себя. Также в тренинге раскрываются основные функции семьи, роль семьи как посредника между социумом и индивидом (семья как институт социализации).

**Принятие правил работы в тренинговой группе.**

Описание: ведущий совместно с участниками обсуждает правила работы в группе, фиксирует их. Примерные правила:

1. Закон «ноль-ноль» (о пунктуальности);

2. Правило поднятой руки: высказываются по очереди, когда один говорит, остальные, молча, слушают и, прежде чем взять слово, поднимают руку;

3. «Без оценок»: принимаются различные точки зрения, никто друг друга не оценивает, критика должна быть конструктивной;

4. Конфиденциальность: то, что происходит на занятии, остается между участниками группы и не выносится за ее пределы;

5. Искренность и активность в процессе занятий.

Ход занятия:

**1. упражнение « Семья – это…».**

Участники делятся на 2-3 группы и коллективно продолжают незаконченные предложения, затем группа презентует семью. Каждый может продолжить незаконченное предложение своей ассоциацией или группа договаривается и выражает единый ответ.

I. написать по порядку всех членов семьи, которые должны входить в состав полноценной семьи и дать им роли

II. У каждого свое представление о семье. Какие ассоциации с **этим** словом возникают у вас?

1. Семья – это….....

2. Если семья — это **здание**, то какое…...

(рисуем здание и даем описание)

3. Если семья — это **цвет**, то какой….....

(демонстрируем цвет и аргументируем почему именно этот цвет,vкакие ассоциации возникают)

4. Если семья — это **музыка**, то какая …

5. Если семья — это **геометрическая фигура**, то какая…

(рисуем фигуры, даем описание или ассоциации)

6. Если семья — это **настроение**, то какое…

7. Настоящий мужчина – это…

8. Все женщины обычно…

9. Моя семья похожа…

10. В будущем я…..

Обсуждение.

**2. Упражнение «Семейные заповеди.**

Скажите - от чего зависит, будет ли семья крепкой, счастливой? (ответы) А теперь предлагаю вам обсудить семейные заповеди, основанные на тех семейных ценностях, которые для вас наиболее значимы и которые обеспечат, по вашему мнению, семейное счастье.

Семейные заповеди:

1. Семья начинается с «мы», будь требовательнее к себе.

2. Решай вместе с человеком, а не вместо человека.

3. Не демонстрируй свое превосходство, уважай партнера.

4. Будь другом друзей супруга.

5.Не упрекай, критикуя, не обвиняй и не унижай

6. Спеши сделать доброе дело и не жди награды.

7. Не верит тот, кто сам обманывает.

8. Ревнует тот, кто сам допускает мысль об измене.

9. Будь терпим, не спеши излить свой гнев, подумай, умей понять и

простить супруга.

10. Смейся вместе, а не над.

11. Ищи в супруге хорошее, говори о его достоинствах.

12. Если уверен, что виноват супруг, то ищи причину в себе.

13. Не давай советов если тебя не просят.

14. Делай первым шаг навстречу, если возникает ссора или

конфликт.

15. Любовь и взаимопонимание - основа вашего счастья

**3. Упражнение «Нарисуй свою семью»**

**Текст ведущего:** Нарисуйте, пожалуйста, вашу будущую семью, какой вы ее видите.

Обсуждение рисунков.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Что для вас означает быть родителем?
2. Что такое быть ребенком?
3. В чем состоят «плюсы» и «минусы» позиций «родитель» и «ребенок»?
4. Почему люди решают иметь детей?
5. Почему у некоторых девушек возникает желание родить ребенка рано и до вступления в брак?

Какими мотивами они могут руководствоваться?

1. Как вы относитесь к искусственному прерыванию беременности (аборту)? В каких случаях женщина делает аборт? Как это влияет на ее здоровье?

**4. Упражнение «Мозговой штурм»**

делимся на группы и разбираем ситуации

**1**. Девочка подросток находится в сложных отношениях с родителями, считает что они не интересуются ее жизнью, не принимают ее интересы из за которых возникают часто конфликты. Испытывает чувства одиночества

Но появился парень умный, красивый, который сразу смог расположить к себе девушку оказывая ей регулярную поддержку. Между молодыми людьми возникают **чувства**. Вскоре парень начинает требовать интимных отношений, пытаясь убедить девушку следующими манипуляциями.

1. Я тебя люблю и хочу, чтобы мы всегда были вместе

2. Я вижу с тобой семью

3. Если ты отказываешься, значит, не любишь меня

4. Если ты не согласишься, нам придется расстаться

Прокомментируйте каждое высказывание, как в такой ситуации может поступить девушка, если по ее мнению он единственный человек, который ее понимает? (аргументируйте)

Как правильно, по вашему мнению, необходимо повести себя девушке в такой ситуации?

На какие слова и действия парня необходимо обратить внимание?

Кокой бы вы дали совет этой девушки исходя из своего личного опыта?

**2**. Мама, я беременна… Девочка школьница, глотая слёзы, дрожащим голосом сообщает новость родителям. Любимая и ласковая дочка, которая ещё вчера играла в куклы. Даже в страшном сне мать не хотела бы видеть свою дочь в такой ситуации. Но она встречается на каждом шагу.

Ранняя беременность - что это...Беспечность подростка, или жестокость жизни, которая сыграла с девочкой злую шутку?

Как сказать родителям о беременности?

Кто поможет, если ты беременна?

Какие трудности могут возникнуть?

Почему так важно уберечь свою дочь-подростка от такой проблемы, как ранняя беременность?

**Приложение 3**

**3 игровое занятие «Я – будущий родитель» (с элементами психологического тренинга).**

Необходимые условия: Музыкальное сопровождение. Оформление доски, соответственно тематике занятия.

Ход занятия:

**1. Упражнение « Цвет моего настроения».** Участникам предлагается выразить своё настроение в цвете, каждый ассоциирует своё настоящее состояние с определённым цветом;

**2. Упражнение «Ассоциации».**

Цель: Провести ассоциативный ряд с понятием «семья» (активизация мыслительной деятельности участников, развитие образного мышления);

3.Упражнение «Да».

Цель упражнения: - совершенствование навыков эмпатии и рефлексии.   
Группа разбивается на пары. Один из участников говорит фразу, выражающую его состояние, настроения или ощущения. После чего второй должен задавать ему вопросы, чтобы уточнить и выяснить детали. Например, " Странно, но я заметила за собой, что, когда нахожусь в таком состоянии, то цвет моей одежды примерно одинаков". Упражнение считается выполненным, если в ответ на расспросы участник получает три утвердительных ответа - "да".

**4.Упражнение «Дом».** Цель: сплочение коллектива, осознание своей роли в группе, стиля поведения. Ресурсы: стулья.

Ход упражнения: участники делятся на 2 команды. Ведущий дает инструкцию: «Каждая команда должна стать полноценным домом! Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором? Выбор за Вами! Но не забывайте, что Вы должны быть полноценным и функциональным домом! Постройте свой дом! Можно общаться между собой».

Психологический смысл упражнения: Участники задумываются над тем, какую функцию они выполняют в этом коллективе, осознают, что все они нужны в своем «доме», что способствует сплочению.

Обсуждение: «Как проходило обсуждение в командах?», «Сразу ли Вы смогли определить свою роль в «доме?»», «Почему Вы выбрали именно эту роль?». «Я думаю, вы все поняли, что каждая часть Вашего «дома» важна и необходима в нем, каждая несет свою определенную функцию, без которой дом не может быть полноценным!»

**5.Упражнение «Семья и я».** Цель: научиться конструктивно решать проблемные ситуации в семейной среде.

По желанию из участников выбираются 12 человек, которые делятся на две команды. Каждая из команд это семья, где есть мать, отец, бабушка и дедушка, дети.

Командам раздаётся лист с написанной проблемной ситуацией, которую они должны решить: а) конструктивно, б) неконструктивно (не учитывая интересы одного из членов семьи).

Ситуация 1:Вечер. Семья находится дома. Родители смотрят телевизор. Дети не хотят ложиться спать, играя в компьютерные игры. Бабушка с дедушкой обращаются к родителям внуков с упрёком о ненадлежащем воспитании детей. Как вы выйдете из данной ситуации?

Ситуация 2:Когда родители были на работе, Матвей привёл в гости школьного друга. Матвей был наказан за двойку по русскому языку и родители запретили ему выходить из дома во двор к ребятам или принимать дома гостей. Всё время пока у Матвея в гостях был друг, они играли в шашки. До прихода родителей друг Матвея ушёл. Родители, придя домой, обнаружили пропажу денег. Матвей не знал, как объяснить родителям то, что он занял другу денег на билет в трамвае, ведь родители накажут Матвея. Как вы поступите в данной ситуации?

Решение проблемных ситуаций позволяет участникам формировать самостоятельное активное мышление, учащиеся получают возможность сравнивать, наблюдать, обсуждать факты и явления, обнаруживая между ними причинно-следственные связи, делать выводы.

**6 упражнение. Упражнение «Возрастная регрессия». Цель –** развитие коммуникативных навыков и навыков самоподдержки в трудной ситуации.

Расскажите нам, на что вы были обижены в детстве. Примите удобное положение и закройте глаза. Представьте, что вы стоите возле дома, где жили, когда были маленьким. Теперь представьте, что:

- Вы упали и разодрали коленку. Вы с рыданиями бежите в дом, а по ноге у вас стекает капля крови.

- Вы вбегаете в дом, плачете, потому что кто-то из детей постарше отобрал у вас игрушку.

- Вы вбегаете в дом, потому что увидели большую собаку.

- Вы вбегаете в дом, смеясь и радуясь тому, что получили в школе приз.

- Вы вбегаете в дом с чувством сильнейшего стыда, потому что промочили одежду, а старшие ребята над вами смеялись.

Посмотрите на выражение лиц членов вашей семьи. Что они говорят вам? Какие чувства они испытывают? Что они делают?

Откройте глаза, разбейтесь на пары и поделитесь впечатлениями. Какие слова поддержки у вас рождаются по отношению к себе, когда вы представляете данную ситуацию?

В завершении тренинга - подведение итогов. Обратная связь от участников.

**Приложение 4**

**4 занятие «Тренинг конструктивного общения»**

Цель – сформировать представление о ценности конструктивного, неагрессивного поведения в процессе воспитания детей (путем развития умения строить свою речь в соответствии со своими целями и своей ролью относительно собеседника, развития навыка говорить «нет» без чувства вины и др.)

Задачи:

1. Развить умение строить свою речь в соответствии со своими целями и своей ролью относительно собеседника.
2. Развить у старшеклассников умение говорить «нет», без чувства вины.
3. Корректировать имеющиеся проблемы в межличностном общении с использованием сказкотерапии.

Оборудование и материалы: бумага, краски, карандаши или фломастеры.

***Упражнение 1.* «Зеркало»**

Цель: развитие навыков невербального общения, раскрепощение участников.

Описание: участники становятся парами лицом друг к другу. Один из них делает замедленные движения. Другой должен в точности копировать все движения партнера, быть его «зеркальным отражением». Через некоторое время они меняются ролями.

На первых порах консультант налагает ограничения на действия ведущего партнера: не делать сложных движений, не производить несколько движений одновременно, не использовать мимику, соблюдать крайне медленный темп [5].

***Упражнение 2.* «Качели»**

Цель: развитие умения строить свою речь в соответствии со своими целями и своей ролью относительно собеседника.

Описание: участники объединяются в пары. Один просит другого что-нибудь дать или сделать простое действие сначала в требовательной, жесткой форме, а потом то же самое говорит мягко, даже заискивая. Далее идет смена ролей, смена партнеров по кругу. Затем происходит обсуждение эмоций при том или ином обращении [6, С. 105-106].

***Упражнение 3.* «Конфликтный разговор»**

Цель: развитие навыка говорить «нет» без чувства вины.

Описание: упражнение начинается со сбора ситуаций: «Было ли в последнее время так, что вы не смогли отказать другому в просьбе или требовании, хотя внутренне сильно не хотели выполнять эту просьбу (требование)? Можете ли вы вспомнить ситуацию, когда вы не смогли сказать «нет», и это привело к очень неприятным для вас последствиям? Пожалуйста, запишите эти ситуации на бланках. Пожалуйста, прочитайте нам описание ваших ситуаций. К чему привело ваше неумение сказать «нет»? Что помешало вам отказать в просьбе?».

Затем участники знакомятся со схемой «Отказ в просьбе».

Шаг 1. Вы обнаруживаете неудовольствие, раздражение по поводу просьбы партнера.

Это – безусловная предпосылка для мягкого отказа. Вы, собственно, и не отказываетесь, а только сообщаете о своем раздражении партнеру.

Шаг 2. Скажите «нет»: говорите о своих чувствах.

Используйте местоимение «Я»: «Мне это будет неприятно»; «Меня это немного злит»; «Мне это не нужно»; «Меня это не интересует»; «Я это могу сделать только при крайней необходимости».

Кратко и четко поясните, почему это именно так, дайте обоснование отказу. Обоснованием отказа могут служить только ваши чувства или изменения в ваших отношениях с партнером в случае выполнения просьбы.

Шаг 3. Пауза для выслушивания партнера.

Вы делаете паузу (то есть молчите), спокойно выслушиваете партнера, пока он не договорит.

Шаги 4-6. Повторы.

Повторите свою мысль, но обязательно – с учетом слов партнера и только в том случае, если ваше решение отказать не изменилось.

Затем в рамках тренировочной ролевой игры используются ситуации, предложенные участниками. «Ваша задача состоит в том, чтобы точно следовать схеме отказа. Скажите «нет», затем уточните, что именно вы не будете делать, затем, сославшись на неприятные чувства, сообщите, почему вы этого делать не будете. Будьте последовательны и настойчивы. Не давайте втянуть себя в дискуссию.

Следите, пожалуйста, за тем, чтобы разговор шел по существу и не переходил в плоскость личных оценок и извинений».

При обсуждении задаются следующие вопросы: что вам мешало сказать «нет»? Как реагировал партнер на вашу настойчивость? Какие способы компенсации отказа вы видите? [4, С. 723-724].

***Упражнение 4.* «Анализ сказки»**

Цель: работа с проблемами в общении, выражающимися в неумении слушать и понимать собеседника, сопровождаемые чрезмерным упрямством и агрессией.

Описание: прослушивание психокоррекционной сказки «Ежики» [8, С. 39-44].

Возможные вопросы при анализе сказки: О чем эта сказка? Нарисуйте главных героев сказки. Кто из них вам понравился больше всего? Почему? Как вы думаете, почему в начале сказки споры у ежиков часто заканчивались дракой? Есть что-то схожее между героями и вашей семьей? Какое событие привело к тому, что ежики захотели научиться общаться? Как вы думаете, почему заболела Кнопочка? Почему мудрый Филин предложил ежикам сначала заняться спортом, а потом найти общее дело? После каких событий и как изменилась Кнопочка? Какими стали отношения между Чарли и Колючкой после обучения? Чему мы можем научиться у этой сказки? [8, С. 71-72].

***Упражнение 5.* «Отстаивание личных границ»**

Цель: определение личных границ.

Описание: «Характерны ли для вас следующие убеждения: Если отказать в просьбе, можно потерять отношения; конфликты – это всегда плохо; необходимо поддерживать дружеские отношения со всеми окружающими; иметь границы – эгоистично; потребности ребенка важнее, чем нужды матери; принять помощь – проявить свою слабость. Большинство ответов «да»? Значит ваши личные границы нарушены. Эти установки формируются в детстве, и мы часто их не осознаем.

1. Дайте четкое определение своим границам: участники записывают все, что считают неприемлемым (брать без спроса чужие вещи, заставлять заниматься несвойственными делами, оскорбление, рукоприкладство и пр.).

2. Обозначая свои границы, используйте разумные доводы и «я-высказывание». Учитесь говорить «нет».

3. Удерживайте свои границы и не нарушайте чужие.

**Упражнение 6. «Банк поглаживаний»**

Цель: развитие позитивного отношения к себе.

Описание: «Возьмите лист бумаги и продолжите предложения: «Я люблю себя за…», «Я уважаю себя за…». Упражнение выполняется 10 минут. Подсчитайте, сколько у вас позиций. Какие чувства вы испытали, делая упражнение? Вы исписали всю тетрадь? Вы переполнены чувством гордости?

На верху листа большими буквами напишите «БАНК ПОГЛАЖИВАНИЙ». Вы будете заполнять лист каждый день, добавляя новые слова. Каждый вечер вы будете анализировать прошедший день, и фиксировать в Банке свои достижения. Вы будете учиться уважать себя, замечать свои успехи и достижения, даже самые незначительные. Все в копилку самоуважения!

Прочь отрицательное отношение к себе. О себе можно думать и говорить только хорошо. Учитесь думать и относиться к себе позитивно! У вас много достоинств и положительных качеств.

Хвалить себя за каждый поступок, за качества характера, за чувства, взгляды и суждения: «Я хорошая хозяйка и кулинарка…», «Я бережливая, могу элегантно одеваться, не тратя много денег…», «Я уважаю себя за то, что добрая и отзывчивая», «Я люблю себя за то, что я есть…».

Будьте щедрыми, дарите поглаживания другим. Чаще говорите людям о своем уважении к ним, о своей любви. Обменивайтесь поглаживаниями не только вербально, с помощью слов. Обнимайтесь, прикасайтесь больше к людям. Лёгкие, тактичные, нежные прикосновения кончиками пальцев действуют быстрее, чем слова. Человек расслабляется, начинает доверять. Это нежные феминные прикосновения, в них нет маскулинной агрессии и силы.

Вспомните самые сокровенные желания, «погладьте себя», пообещайте себе сделать их, подумайте и найдите 2–5 способов решения. Вы должны награждать себя за изменения. Сегодняшние награды получают сегодня за сегодняшние усилия. Если вы хотите быть любимым сейчас, то должны любить сейчас. Завтрашней любви еще нет, вчерашняя уже была и за неё вознаграждение получено» [4, С. 707].

**Приложение 5**

**Занятие 5.** Беседа-дискуссия «Стили родительского воспитания и их влияние на развитие ребенка».

Цель – ознакомить старшеклассников со стилями семейного воспитания.

Задачи:

* + - * 1. Организовать условия для проведения групповой беседы-дискуссии
        2. Способствовать формированию знаний в вопросах воспитания детей.

Семья является интеллектуальным и посредническим звеном передачи ребенку социально-исторического опыта, и, прежде всего, опыта эмоциональных и демократических взаимоотношений между людьми, опыта отношения к явлениям, продуктам жизни.

Семья выполняет ряд функций важных для общества, необходимых для жизни каждого человека: это воспитательная, репродуктивная, хозяйственно-бытовая, социально-контролирующая, функция организации досуга.

Большое значение в становлении личности ребенка имеет стиль семейного воспитания.

*Семейное воспитание*– это управляемая система взаимоотношений родителей с детьми, и ведущая роль в ней принадлежит родителям.

Существует несколько разнообразных классификаций **стилей семейного** **воспитания**. И у каждого *стиля семейного воспитания свои характеристики*.

Базовой считается модель американского психолога Дианы Баумринд.

Она проста и понятна.

Автор взяла за основу два критерия.

1. Уровень эмоционального принятия ребенка родителями
2. Уровень контроля со стороны родителей

И вот благодаря сочетаниям этих критериев и было выделено четыре стиля семейного воспитания.

1. Авторитетный
2. Авторитарный
3. Индифферентный
4. Либеральный

**АВТОРИТЕТНЫЙ СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ (ДЕМОКРАТИЧЕСКИЙ)**

***Особенности***

Название говорит само за себя. Родители в семье занимают лидирующие позиции, являясь авторитетом для ребенка. Этот стиль характеризуется теплым эмоциональным принятием ребенка и высоким уровнем контроля со стороны взрослых. При таком стиле общения родители ориентированы на личность ребенка, его активной роли в семье, собственной жизни. Ребенок воспитывается как самостоятельная, самобытная личность. В такой семье практически отсутствуют физические наказания и словесная агрессия, родители стараются использовать логику в общении с детьми, стремятся договориться. Уважают себя и своих детей. Родители обладают хорошим жизненным опытом и несут ответственность за своих детей.

Для родителей, придерживающихся этого стиля, характерны:

* активно-положительное отношение к ребенку;
* адекватная оценка его возможностей, успехов и неудач;
* им свойственны глубокое понимание ребенка, целей и мотивов его поведения;
* умение прогнозировать развитие личности ребенка.

***Последствия***. При авторитетном стиле воспитания происходит наиболее гармоничное и разностороннее развитие личности ребенка. Для детей, воспитанных в подобных семьях, характерны:

* Высокая самооценка, самопринятие, самоконтроль.
* Умение самостоятельно принимать решения и отвечать за свои поступки.
* Инициативность и целеустремленность.
* Умение строить близкие и доброжелательные отношения с окружающими.
* Способность договариваться, находить компромиссные решения.
* Наличие собственного мнения и способность считаться с мнением окружающих.

***Рекомендации***: Если в Вашей семье Вам удалось установить такие взаимоотношения, поделитесь своим опытом с другими!

**АВТОРИТАРНЫЙ СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ**

***Особенности***

Родители, придерживающиеся этого стиля, требуют от ребенка высоких достижений, наказывают за неудачи, жестко контролируют, вторгаются в личное пространство ребенка, подавляют силой, решают за ребенка, что ему лучше, не интересуются личным мнением ребенка, не признают его права. «Как я сказал, так и будет», «Я родитель, значит я прав».

При этом стиле воспитания ребенок не имеет возможности проявлять инициативу, так как все вопросы, касающиеся его жизни, решаются родителем единолично, без его участия. Авторитарный стиль воспитания подразумевает решение конфликтов методом «кнута и пряника», запретами и угрозами, а не нахождением компромиссного решения.

***Последствия***

В подростковом возрасте родительский авторитет теряет свою силу и страх перед родителями, характерный для авторитарного стиля воспитания, исчезает. Поэтому, в таких семьях в этом возрасте часто возникает большое количество конфликтов, дети становятся «неуправляемыми», т.к. все прежние средства воздействия родителей теряют свою силу.

Характерным чертами личности ребенка, воспитанного в авторитарном стиле, могут быть следующие варианты:

1 вариант – развитие слабой жизненной позиции:

* потеря чувства собственного достоинства;
* потеря способности принимать решения, отвечать за выбор;
* потеря собственных желаний («чего же Я хочу?»);

2 вариант – развитие деспотической личности:

* ненависть к родителям;
* решение вопросов только силой (кто сильнее, тот и прав);
* грубое, циничное, деспотичное и хамское поведение и отношение к окружающим;
* повышенная агрессивность и конфликтность.

***Рекомендации***

* Учитывайте позицию ребенка, его побуждения, желания и переживания. Попробуйте ненадолго поставить себя на его место!
* Старайтесь давать инструкции в форме предложения, а не распоряжения, приказа.
* Старайтесь говорить не сухо и отстраненно, а доверительным тоном, эмоционально.
* Запреты и меры наказания должны быть понятны ребенку, заранее с ним обсуждены и приняты обоими сторонами (родителями и ребенком).
* Любые порицания должны быть адресованы не к личности ребенка, а к конкретным его действиям. Нельзя говорить «Ты обманщик!», лучше сформулировать фразу следующим образом: «Мне было очень неприятно, когда я узнала, что в этой ситуации ты сказал неправду».
* Не входите в комнату ребенка без стука или в отсутствие хозяина. Не трогайте его личные вещи. Старайтесь уважать личное пространство вашего ребенка, каким бы оно ни было.
* Не подслушивать телефонные разговоры.
* Необходимо оставлять за подростком право выбора друзей, одежды, музыки и т. д.
* Искренне объясняйте, что вы чувствуете, когда расстроены, но не вспоминайте старых, давнишних грехов, а говорите о сегодняшнем положении. Однако при этом никогда не давите, не наказывайте физически, не унижайте.
* Станьте терпимее к недостаткам подростков. Замечайте как можно чаще в вашем ребенке те достоинства, которые свойственны их натуре.

**ИНДИФФЕРЕНТНЫЙ СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ**

***Особенности***

И самый неблагоприятный с точки зрения формирования психики и развития личности ребенка является индифферентный стиль семейного воспитания. Здесь, к отрицательным *характеристикам* предыдущего *стиля семейного воспитания* прибавляется еще и отсутствие теплоты в отношении к ребенку. К ребенку относятся с пренебрежением, игнорируя его эмоциональные потребности. Это случаи, скорее всего, случайного или  нежелательного появления ребенка в семье. Ну, раз уж родился, живи, но не мешай.

***Последствия***

При индифферентном стиле семейного воспитания возможно развитие у детей эмоциональной отчужденности, тревожности, замкнутости и недоверия к окружающим. Существует опасность вовлечения детей в асоциальные группы, поскольку родители неспособны контролировать их поступки. Чаще всего, в индифферентных семьях вырастают либо безответственные и неуверенные в себе дети, либо наоборот неуправляемые и импульсивные. В лучшем случае дети таких родителей все же становятся сильными, творческими, активными людьми. Формирование личности в таком случае во многом зависит от среды вне семьи.

***Рекомендации***

* Включитесь в жизнь своего ребенка. Будьте активным участником всех его интересов, проявите инициативу.
* Составьте четкую систему запретов, чтоб ребенок почувствовал грань дозволенности.
* Обговорите его обязанности и права в семье, дайте поручение по дому, которое закрепится за ним.
* Проявите «душевную теплоту», говорите «по душам», постарайтесь перевести отношения в дружественные и доброжелательные. Беседуйте с ним на интересующие его темы, таким образом вы покажите насколько ребенок для вас важен.
* Любите его и не бойтесь ему про это сказать.

**ЛИБЕРАЛЬНЫЙ СТИЛЬ ВОСПИТАНИЯ (ПОПУСТИТЕЛЬСКИЙ)**

***Особенности***

При этом стиле воспитания родитель формирует у ребенка «свободу», самостоятельность и раскованность, позволяет ему делать абсолютно всё, что он хочет, не накладывает никаких ограничений. Родитель не помогает подростку и не мешает, не принимает никакого участия в становлении личности.

Либеральный стиль общения предполагает тактику невмешательства, основу которой, по сути, составляют равнодушие и незаинтересованность проблемами ребенка. Общими особенностями либерального и авторитарного стилей общения, несмотря на кажущуюся их противоположность, являются дистантные отношения, отсутствие доверия, явная обособленно обособленность, отчужденность, демонстративное подчеркивание своего доминирующего положения.

***Последствия***

При либеральном стиле воспитания возможны следующие варианты развития личности:

1 вариант – свободный, но безучастный:

* неспособность к близости и привязанности;
* безучастность в отношении близких («это не мои проблемы, мне все равно»)
* отсутствие желания позаботится о ком-то, помочь, поддержать;
* мало «душевного тепла».

2 вариант – личность «без тормозов» и «без запретов»:

* хамство и вседозволенность;
* воровство, враньё, распущенность;
* безответственность, не умение «держать слова».

***Рекомендации***

* Поменяйте тактику общения и отношение к своему ребенку. Постарайтесь восстановить взаимное доверие и уважение.
* Установите систему запретов и включитесь сами в жизнь подростка.
* Помогите ему участвовать в жизни семьи, четко обозначьте функциональные обязанности ребенка в семье, свои требования и ожидания.
* Создайте семейный совет, на котором решались бы многие проблемы всей семьи.
* Проявляйте «душевную теплоту» к ребенку, подчеркивайте его важность для вас и исключительность, беседуйте с ним и интересуйтесь его мнением.
* Помните, что ребенку необходимо ваше искреннее участие в его жизни!

Далеко не всегда эти стили проявляются в чистом виде в семье. Родители в разных ситуациях могут применять разные стили воспитания. Например, в ситуации конфликта родители действуют методом диктата, а в «мирное время», наоборот – допускают попустительство. Однако такое чередование стилей, такая непоследовательность, также неблагоприятно влияет на ребенка. В семье необходимо установить единый стиль воспитания, понятный ребенку, учитывающий его потребности и возможности.

Нельзя однозначно сказать, что только **стиль семейного воспитания** оказывает влияние на формирование личности ребенка,  тем не менее, вероятность появления тех или иных черт в зависимости от стиля семейного воспитания увеличивается или уменьшается.

**Приложение 6**

**Занятие 6. «Моя семья»**

Цель занятия: осознание участниками проблем своей семьи, актуализация способов достижения счастливой семейной жизни в будущем.

Задачи:

* + 1. Способствовать формированию активной рефлексии
    2. Сформировать образ счастливой семейной жизни
    3. Способствовать формированию осознанности в выборе

Оборудование и материалы: именные бейджи, бумага и ручки.

*Упражнение 1.* «Знаешь, я…»

Цель: создание атмосферы искренности и доверия.

Описание: члены группы приветствуют друг друга этой фразой, описывая любой интересный случай, который имел место во время общения с каким-либо человеком в период между предшествующим и этим занятием [6, С. 60].

*Упражнение 2.* «Сочинение сказок»

Цель: осознание участниками проблем своей семьи, актуализация возможных путей решения.

Описание: напишите свою сказку о вашей семье, в которой вы живете, используя реальные или вымышленные персонажи.

Обсуждение: кого вы включили в свою сказочную семью? Кого исключили? Нравится ли вам ваша сказка? Все ли устраивает в актуальном положении вещей? Как чувствует себя каждый из персонажей? [8, С. 89, модифицированное].

*Упражнение 3.* «Идеальная семья»

Цель: актуализация способов достижения счастливой семейной жизни.

Описание: перепишите вашу сказку так, чтобы вас устраивало в ней абсолютно все [11, модифицированное].

*Упражнение 4.* «Шиворот-навыворот»

Цель: осознание ошибок воспитания собственной и родительской семей.

Описание: участники делятся на подгруппы. «Возьмите по листу бумаги и составьте рекомендации для родителей по воспитанию детей. Название рекомендаций: «Что нужно делать, чтобы потерять доверие ребенка?», «Как отучить ребенка от самостоятельности», «Как занизить самооценку ребенка» и др. Зачитайте их и обсудите.

А какими из этих рекомендаций пользовались ваши родители?» [4, модифицированное].

*Упражнение 5****.***«Агрессивный контакт»

Цель: выработка навыков неагрессивного ответа на давление и агрессию.

Описание: сначала членам группы дается краткое описание семи приемов ответа на агрессию:

1. Фиксация замешательства: «Я просто растерялся от такого напора».

2. «Сиреневый туман» – сложные, малопонятные фразы, типа: «В таких случаях обычно говорят о существовании зависимости между субъективными факторами восприятия и параметрами деятельности индивида».

3. Я-высказывание, например: «Когда на меня кричат (интерпретация действий агрессора), я обычно не в состоянии нормально работать».

4. Вы-посыл (усиление ответственности партнера): «Вы хотите сказать, что уверены в том…».

5. Вам важно: «Давайте уточним, что именно для вас важно…».

6. «Гадости на радости» (Мне приятно): всегда можно найти повод сказать искренне спасибо агрессору, например: «Мне приятно, что вы следите за моими успехами».

7. «Ширма» (высказывание с позиции официального образа, имиджа): «Мы готовы удовлетворить желания любого клиента».

Важно отметить, что цель применения этих приемов – не допустить наращивание агрессии. Поэтому – никаких агрессии, сарказма и издевки в ответ [6, С. 134].

Далее участникам зачитываются агрессивные высказывания супруга, задача – ответить, используя один из приемов, предложенных выше.

Агрессивные высказывания: Ты абсолютно не умеешь готовить. Тебе не кажется, что ты слишком часто меня критикуешь? У меня нет времени тебя слушать. Неужели ты думаешь, что мне сейчас может быть это интересно? Я уйду от тебя и с тобой разведусь! Спрошу у кого-нибудь, кто лучше разбирается в этом, чем ты. Да кто ты такая вообще? Разве твое мнение хоть кого-то волнует? Тебе не кажется, что нужно быть более разборчивой в выборе своих подруг? Это платье тебя полнит. Знаешь, твои проблемы на работе все больше отражаются на наших отношениях. Ох и зануда же ты, думаю, твои коллеги такого же мнения. Это твоя вина, ты во всем виновата [там же, С. 135-136, модифицированные].

*Упражнение 6.* «Конструктивные способы выражения агрессии»

Цель: обучение приемлемым способам выражения гнева.

Описание: «Сегодня мы с вами попробовали «вылепить» злость. А какие еще конструктивные способы выражения агрессии вы знаете?

Это могут быть любые физические упражнения, ритмичные танцы, скоростная езда на велосипеде, частые прыжки и быстрый бег, мытье окон и пр. Главное правило одно: чем сильнее ваша нагрузка, тем интенсивней проходит выход агрессивной энергии.

Выражение агрессии с помощью письма. Возьмите ручку и лист бумаги, отследите, какие ощущения в теле возникают, описывайте: что происходило или происходит в данной ситуации; что чувствуете – раздражение, боль, обиду; что бы вы сделали в данной ситуации; каких своих действий или действий других людей вы ожидаете в данной ситуации? После оцените, изменились ли ощущения в теле.

Конструктивное вербальное выражение эмоций в форме Я-высказывания» [авторское].

*Упражнение 7.*Подведение итогов занятия, итоговая рефлексия.

**Приложение 7**

**7 итоговое занятие «Мои ресурсы и ценности»**

Оборудование и материалы: ватман, ручки, фломастеры, карандаши, журналы с картинками, ножницы, клей.

Цель занятия: закрепление и обобщение пройденного материала, поиск и актуализация жизненных ресурсов, создание позитивного образа будущего в призме ценностных ориентаций.

*Упражнение 1.* «Приоритеты»

Цель: настрой на позитивное будущее.

Описание: «Напишите приоритеты своего настоящего, ближайшего будущего, отдаленного будущего. Цель вашего благополучия?»

Обсуждение. «Смогли ли вы сформулировать свои приоритеты? На сколько лет вперед вы планируете цели своего благополучия?» [4, С. 722-723].

*Упражнение 2. «*Установки на будущее»

Цель: закрепить информацию о роли насилия в семье.

Описание: ведущий совместно с участниками обсуждает установки, которые должны быть усвоены из программы:

1. Насилие ни в какой форме и ни при каких обстоятельствах не может быть приемлемым в семейных отношениях.

2. Насилие – это социальная проблема. Женщина, подвергшаяся насилию, потенциально способна позаботиться о себе и своих детях, опираясь на социальную поддержку. Ответственность за насилие лежит на агрессоре, но не на человеке, испытавшем насилие.

3. Ваша жизнь в ваших руках, только вам решать, какими будут ее условия [4, С. 697].

*Упражнение 3.* «Мои ресурсы»

Цель: поиск и актуализация жизненных ресурсов.

Описание: каждый участник на листе бумаги отвечает для себя на три вопроса:

1. Что меня наполняет, после каких занятий я чувствую прилив сил и энергии?

2. Кто мой внешний ресурс (люди, которые оказывают мне поддержку)?

3. Есть ли люди, без которых моя жизнь стала бы лучше? (антиресурс – позиции родственников, знакомых) [авторское].

*Упражнение 4.* «Групповой коллаж»

Цель: закрепление пройденного, создание позитивного образа будущего в призме ценностных ориентаций.

Описание: участники объединяются и на листах ватмана изображают ценности, то что важно создать, сохранить и беречь в своей жизни. Затем работа представляется и описывается.

«Есть ли что-то еще для кого-то из вас, что не было изображено? Почему?» [авторское].

*Упражнение 5.* Подведение итогов занятия, а также всех встреч в целом.

Ответы на вопросы: Какая тема (занятие, или просто информация) показалась вам наиболее интересной? Какие открытия для себя вы сделали в ходе занятий? Какие изменения в своих представлениях вы отметили бы? Что вы хотели бы добавить в программу, какую тему углубить?

Обменом впечатлениями и мнениями, возникшими в ходе проведения всех занятий.

Проведение повторного анкетирования с целью мониторинга динамики изменений уровня психологической готовности старшеклассников по итогам реализации программы. Обратная связь от участников программы.

На завершающем этапе реализации программы подводятся итоги работы со старшеклассниками, проводится оценка достигнутых результатов, определяется необходимость дальнейшей работы.