

**Министерство образования и науки Самарской области**

Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного профессионального образования Самарской области  
**«Региональный социопсихологический центр»**

Образовательная (просветительская) программа  
по повышению компетентности родителей (законных представителей)  
по формированию межличностных отношений в подростковой среде  
с учетом возрастных и индивидуальных особенностей  
обучающихся 7 классов (13-14 лет)

Составитель:

**Шулятьева Елена Васильевна,**

социальный педагог

ГБУ ДПО «Региональный

социопсихологический центр»

**Материал предоставлен автором программы.¶**

**Публикуется в авторской редакции¶**

Самара

2022

## Содержание

1. Аннотация _____	4 стр.
2. Учебный план _____	9 стр.
3. Учебно-тематический план _____	10 стр.
4. Учебная программа _____	11 стр.
5. Список литературы _____	15
стр.	
6. Приложения _____	17
стр.	

## **Аннотация**

### **Научно-практическая новизна**

В настоящее время особого внимания требуют школьники, которые в силу своих индивидуальных психологических и физиологических особенностей испытывают коммуникативные и личностные проблемы и нуждаются в индивидуальной поддержке.

Способность строить конструктивные отношения с окружающими и эффективно решать спорные проблемы является важным показателем развития личности. Характерные для каждого человека способы поведения в конфликтных ситуациях начинают складываться на ранних этапах становления личности, в процессе активного освоения ребенком окружающей действительности, его включения в широкую систему социальных отношений, осознания себя и своего места в ней.

Особенно важным с этой точки зрения является подростковый возраст как наиболее сложный, противоречивый и потому - наиболее конфликтный. Приобретаемый подростком опыт успешного или неуспешного общения служит основанием для усвоения разных по конструктивности способов решения конфликтных ситуаций.

Перестройка всей сложившейся системы отношений с родителями, учителями, сверстниками приводит к возникновению противоречий, конфликтов. Необходимо отметить, что межличностное взаимодействие в ситуациях конфликта вызывает затруднения у подростков, в их отношениях преобладают деструктивные тенденции. Зачастую вместо анализа проблемы и поиска оптимальных путей ее решения подросток пытается интенсивным способом повлиять на объект противоречия и производит действия, ведущие к обострению конфликта. Это связано, прежде всего, с недостатком коммуникативной и социальной компетентности подростков.

### **Научная обоснованность**

Правовой основой Программы просвещения родителей являются:

- Конституция Российской Федерации;

- Семейный кодекс Российской Федерации;
- Федеральный закон № 124-ФЗ от 24.07.1998 г. «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от № 273 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. [приказом](#) Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897);
- ФЗ № 120 от 24.06.1999 г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;

### **Актуальность и перспективность**

В нашем обществе пока еще не сформировался институт целенаправленной подготовки к родительству, несмотря на то, что работа с родителями проводится различными органами и учреждениями, включая образовательные. Родительство является, пожалуй, самой важной и ответственной деятельностью человека. Формирование ответственного и позитивного родительства – одно из основных направлений социальной политики Российской Федерации, закреплённых в «Концепции государственной семейной политики до 2025 года, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации № 1618-р от 25 августа 2014 года.

Актуальность просвещения обусловлена также распространением в последнее время в нашем обществе идей, ставящих под угрозу существование института семьи и семейного воспитания. Противопоставить их влиянию можно только научные знания о влиянии родителей, семьи в традиционном её понимании на воспитание ребенка, формирование его личности.

### **Практическая направленность**

Данная программа направлена на просвещение родителей (законных представителей) обучающихся 7 классов общеобразовательной школы в

вопросах разрешения конфликтов в подростковой среде, что в свою очередь поможет в преодолении трудностей взаимопонимания не только между родителями и детьми, но и поможет найти конструктивные способы разрешения межличностных конфликтов среди подростков.

**Цель программы:** повышение коммуникативной компетентности родителей по формированию межличностных отношений в подростковой среде.

**Задачи:**

1. Познакомить родителей с возрастными особенностями обучающихся подросткового возраста (13-14 лет);
2. Раскрыть конструктивные принципы детско-родительских отношений;
3. Рассказать родителям о проблемных ситуациях и способах их решения;
4. Познакомить родителей с навыками общения и взаимодействия подростков в семье и подростковой среде;
5. Замотивировать родителей на доброжелательные и гармоничные взаимоотношения в семье.

**Адресат:** участниками программы являются родители (законные представители) обучающихся 7 класса (13-14 лет).

**Продолжительность курса:**

Программа рассчитана на 18 часов. 9 занятий по 2 часа.

Периодичность встреч с родителями – 1-2 раза в неделю (в зависимости от желания и возможностей участников).

Содержание программы сгруппировано в 5 блоках:

1. Вводное занятие. Знакомство с участниками
2. Возрастные особенности подростка.
3. Межличностное общение в подростковой среде.
4. Конструктивные принципы детско-родительских отношений
5. Итоговое занятие

Структура занятия:

- а) мотивация родителей к участию в обсуждении темы;
- б) экспресс - диагностика по теме занятия (по возможности);
- в) информационный блок; в том числе просмотр видеоролика и его обсуждение;
- г) решение ситуационных задач по теме занятия (работа в группах);
- д) формулирование правил / рекомендаций для родителей (работа в группах);
- е) результаты экспресс – диагностики (при необходимости);
- ж) подведение итогов встречи.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

В результате реализации программы родители обучающихся научатся

#### **«понимать»:**

- что семья – важнейший фактор успешности и благополучия ребенка;
- ответственный родитель – это родитель, который принимает, понимает ребенка, охраняет и воспитывает его, а также демонстрирует социально одобряемые образцы поведения;

#### **«знать»:**

- возрастные особенности старших подростков, особенности воспитания и развития детей соответственно их возрасту;
- основные конструктивные принципы детско-родительских отношений.

#### **«уметь»:**

- выбирать наиболее подходящие действия в различных ситуациях общения с ребенком;
- конструктивно действовать в сложной ситуации;

#### **«владеть»:**

- позитивно эмоциональным восприятием своих детей;
- техниками эффективной коммуникации.

«СОГЛАСОВАНО»

Директор  
МБУ «Школа № 89» г.о. Тольятти  
Т.С. Бражникова

« 10 » января 2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор Регионального  
социопсихологического центра  
Т.Н. Клюева

« 11 » января 23 20 \_\_ г.

### Учебный план программы

**Цель программы:** повышение коммуникативной компетентности родителей по формированию межличностных отношений в подростковой среде.

**Категория обучающихся:** родители подростков 13-14 лет

**Срок обучения:** 9 часов

**Режим занятий:** 1 раз в месяц по 1 часу (январь-май, сентябрь - декабрь)

№	наименование тем	всего часов	в том числе		форма контроля
			теоретических	практических	
1.	Знакомство родителей возрастными особенностями обучающихся подросткового возраста (13-14 лет)	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Беседа, коллективное обсуждение.
2.	Детско-родительские отношения в подростковом возрасте.	2 ч	1 ч	1 ч	Памятка для родителей, беседа, коллективное обсуждение, рефлексия.
3.	Проблемные ситуации и способы их решения.	3 ч	1,5 ч	1,5 ч	Беседа, рефлексия, памятки для родителей

4.	Знакомство родителей с навыками общения и взаимодействия подростков в семье и подростковой среде.	2 ч	1 ч	1 ч	Беседа, коллективное обсуждение, памятка для родителей, рефлексия.
5.	Итоговое занятие: Мотивация родителей на доброжелательные и гармоничные взаимоотношения в семье.	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Рефлексия, памятка для родителей.
<b>Итого</b>		<b>9 ч</b>	<b>4,5 ч</b>	<b>4,5 ч</b>	



«СОГЛАСОВАНО»

Директор

МБУ «Школа № 89» г.о. Тольятти

Т.С. Бражникова

« 10 » января 2023 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор Регионального

социопсихологического центра

Т.Н. Клюева

« 11 » января 2023 г.



### Учебно - тематический план

**Цель программы:** повышение коммуникативной компетентности родителей по формированию межличностных отношений в подростковой среде.

**Категория обучающихся:** родители подростков 13-14 лет

**Срок обучения:** 9 часов

**Режим занятий:** 1 раз в месяц по 1 часу (январь - май, сентябрь - декабрь)

№	наименование тем	всего часов	в том числе		форма контроля
			теоретических	практических	
1	Знакомство родителей с возрастными особенностями обучающихся подросткового возраста (13-14 лет).	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Беседа.
1.1	Возрастные индивидуальные особенности подростка (13-14 лет).	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Коллективное обсуждение.
2.	Детско-родительские отношения в подростковом возрасте.	2 ч	1 ч	1 ч	Беседа, рефлексия.
2.1	Виды детско-родительских взаимоотношений в семье.	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Беседа, коллективное обсуждение.
2.2	Как научиться понимать своего ребенка?	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Памятка для родителей, беседа, коллективное

					обсуждение, рефлексия.
3.	<b>Проблемные ситуации и способы их решения.</b>	3 ч	1,5 ч	1,5 ч	Беседа.
3.1	Дефицит общения подростка с родителями.	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Рефлексия.
3.2	Нарушение поведения подростков.	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Рефлексия.
3.3	Как научиться выходить из проблемных ситуаций?	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Рефлексия, памятка для родителей.
4.	<b>Знакомство родителей с навыками общения и взаимодействия подростков в семье и подростковой среде.</b>	2 ч	1 ч	1 ч	Беседа, коллективное обсуждение.
4.1	Правила взаимоотношений подростка с родителями в семье.	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Памятка для родителей, беседа, коллективное обсуждение, рефлексия.
4.2	Особенности построения доверительных отношений с подростком.	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Рефлексия, памятка для родителей.
5.	<b>Мотивация родителей на доброжелательные и гармоничные взаимоотношения в семье.</b>	1 ч	0,5 ч	0,5 ч	Рефлексия, памятка для родителей.
<b>Итого</b>		<b>9 ч</b>	<b>4,5 ч</b>	<b>4,5 ч</b>	

## Учебная программа

### Пояснительная записка

Основная проблема, возникающая у подростков, – это проблема взаимоотношений с родителями. В этом возрасте ребенок избавляется от детской зависимости и переходит к отношениям, которые основаны на взаимном доверии, уважении и относительном, но неуклонно растущем равенстве. В большинстве семей этот процесс проходит болезненно и воспринимается как вызывающее поведение.

Подростковый возраст – время проверки всех членов семьи на социальную, личностную и семейную зрелость. Оно протекает с кризисами и конфликтами. В этот период все скрытые противоречия выходят наружу.

Так начинается отделение подростка от родителей, противостояние им. Ребенок может стать грубым, резким, критиковать родителей и других взрослых. Раньше близкие многого не замечали в ребенке, верили в непогрешимость своего авторитета, и вот состоялось как бы свержение их с пьедестала. Происходит это потому, что в глазах подростка мать и отец остаются источником эмоционального тепла, без которого он чувствует себя беспокойно. Остаются они и властью, распорядительской наказанием и поощрениями, и примером для подражания, воплощающим в себе лучшие человеческие качества, и старшим другом, которому можно доверить все. Но со временем эти функции меняются местами.

В связи с этим даже в благополучных семьях возникает определенная сложность общения с детьми старшего школьного возраста. Причем сложность увеличивается еще и потому, что родители часто не понимают, что с выросшими детьми общение должно строиться по-другому, нежели с маленькими. Не всегда родители различают, что нужно запрещать, а что следует разрешать. Все это может создать весьма непростую ситуацию.

Данная программа направлена на просвещение родителей (законных представителей) в вопросах возрастных особенностей подростков 13-14 лет, а

также специфики воспитания с учетом возрастных потребностей и индивидуальных различий подростков, что в свою очередь поможет строить отношения между родителями и детьми конструктивно и осознанно.

Данная программа направлена на просвещение родителей (законных представителей) обучающихся 7 классов общеобразовательной школы в вопросах разрешения конфликтов в подростковой среде, что в свою очередь поможет в преодолении трудностей взаимопонимания не только между родителями и детьми, но и поможет найти конструктивные способы разрешения межличностных конфликтов среди подростков.

**Цель программы:** повышение коммуникативной компетентности родителей по формированию межличностных отношений в подростковой среде.

**Задачи:**

1. Познакомить родителей с возрастными особенностями обучающихся подросткового возраста (13-14 лет);
2. Раскрыть конструктивные принципы детско-родительских отношений;
3. Рассказать родителям о проблемных ситуациях и способах их решения;
4. Познакомить родителей с навыками общения и взаимодействия подростков в семье и подростковой среде;
5. Замотивировать родителей на доброжелательные и гармоничные взаимоотношения в семье.

**Содержание программы** сгруппировано в 5 блоках:

1. Вводное занятие. Знакомство с участниками.
2. Возрастные особенности подростка.
3. Межличностное общение в подростковой среде.
4. Конструктивные принципы детско-родительских отношений.
5. Итоговое занятие.

**Адресат программы:** родители (законные представители) обучающихся 7-х классов (13-14 лет).

**Реализация программы** рассчитана на 18 часов.

**Продолжительность занятий:** периодичность встреч с родителями – 1-2 раза в неделю (в зависимости от желания и возможностей участников).

**Формы и методы, используемые при реализации программы:** мини-лекции, практические упражнения, ролевая игра; групповая дискуссия, консультации; совместная проектная деятельность; просмотр и обсуждение видеороликов, фрагментов фильмов, рефлексия.

**Структура занятия:**

1. Приветствие, создание рабочей атмосферы, постановка целей встречи;
2. Работа с теоретическим материалом, выполнение упражнений, нацеленное на введение родителей в тематику занятия, на поиск путей решения заявленной проблемы;
3. Обсуждение после каждого упражнения, предполагающее отреагирование упражнения на эмоциональном и рациональном уровне;
4. Рефлексия и обратная связь, целью которых является создание комфортного климата в коллективе, получение внимания каждым родителем.

**Обеспечение гарантий прав участников программы**

При составлении программы учитывались положения и пункты нормативно-правовых документов:

1. Положение Конвенции ООН о правах ребенка, принятой Генеральной Ассамблеей ООН 20.11. 1989 г., ратифицированной третьей сессией Верховного Совета СССР 13.06. 1990 г.;
2. Концепция развития системы психологического обеспечения (психологической службы) образования РФ;
3. Положение о службе практической психологии в системе Министерства образования РФ от 22.10.99 № 636.
4. Концепция развития образования РФ от 29.12. 2001 г. № 1756-р

## **Сферы ответственности**

Перед началом реализации программы родители были ознакомлены с целью и задачами программы, ее содержанием и режимом проведения.

## **Ресурсы для эффективной реализации программы**

1. Требования к специалистам, реализующим программу:

Ведущий должен иметь психологическое образование и обладающий достаточно высоким уровнем знаний для реализации психолого-педагогических программ.

2. Для реализации данной программы необходим следующий учебно-методический материал:

- \* Теоретический материал по данным темам
- \* описание упражнений и игр
- \* восковые мелки, фломастеры, краски
- \* бумага, ватман
- \* мультимедийное оборудование

3. Материально - техническое оснащение

Для проведения работы по программе необходимо отдельное помещение, отвечающее следующим требованиям:

- помещение должно быть достаточно просторным с наличием парт и стульев для работы;
- в помещении должно быть достаточно светло;
- помещение должно быть проветриваемо.

## **Сроки и этапы реализации программы:**

Программа состоит из 18 занятий продолжительностью 2 часа каждое. Оптимальный режим встреч - 1 занятие в неделю.

Данная программа планируется реализоваться на базе МБУ «Школы №89» г.о. Тольятти с января по декабрь 2022-2023 учебного года с родителями обучающихся 7-х классов.

## **Ожидаемые результаты реализации программы:**

В результате реализации программы родители обучающихся научатся

**«понимать»:**

- что семья – важнейший фактор успешности и благополучия ребенка;
- ответственный родитель – это родитель, который принимает, понимает ребенка, охраняет и воспитывает его, а также демонстрирует социально одобряемые образцы поведения;

**«знать»:**

- возрастные особенности старших подростков, особенности воспитания и развития детей соответственно их возрасту;
- основные конструктивные принципы детско - родительских отношений .

**«уметь»:**

- выбирать наиболее подходящие действия в различных ситуациях общения с ребенком;
- конструктивно действовать в сложной ситуации;

**«владеть»:**

- позитивно эмоциональным восприятием своих детей;
- техниками эффективной коммуникации.

**Промежуточные и итоговые результаты оцениваются с помощью анкетирования, рисуночных тестов, обратной связи от участников.**

**Тест «Готовы ли вы к переходному возрасту ребенка?»**

1. На ваш взгляд, самая большая проблема переходного возраста заключается в том, что ребенок...

- а) перестает прислушиваться к мнению родителей;
- б) может попасть в плохую компанию;
- в) начинает осознавать себя как самостоятельную личность.

2. Вспоминая свое детство, вы обычно рассказываете ребенку...

- а) о том, что вы хорошо учились;
- б) о похожих проблемах и способах их решения;
- в) забавные случаи.

3. Сколько времени в день вы проводите с ребенком, беседуя о его делах?

- а) не больше часа;
- б) около 2 часов;
- в) больше 2 часов.

4. Учитель жалуется на поведение ребенка, в то время как сын или дочка сами утверждают, что виновником происшествия является их одноклассник. Ваши действия

- а) отругаете ребенка, потому что учитель не станет жаловаться беспричинно;
- б) встанете на сторону сына или дочери и будете обвинять одноклассника;
- в) дома подробно расспросите ребенка и объясните ему, почему учитель счел его виноватым.

5. Каких проблем подросткового возраста вы боитесь больше всего?

- а) отчуждения;



б) употребления алкоголя и наркотиков;

в) ранних половых контактов.

б. В каком возрасте нужно начинать беседовать с ребенком о сексе?

а) с 12 лет;

б) с 14 лет;

в) когда он сам начнет задавать вопросы.

7. Ребенок признался, что девочка (мальчик), которая(-ый) ему нравится, не отвечает взаимностью. Что вы ему скажете?

а) предложите немного изменить внешность, вести себя более открыто и дружелюбно;

б) успокоите, что в его жизни еще будет много других девочек (мальчиков), в сто раз лучше;

в) постараетесь отвлечь ребенка от печальных мыслей и переживаний.

8. Ребенок наотрез отказывается заниматься в кружке, который раньше посещал с удовольствием. Ваши действия?

а) предложите ему выбрать другое занятие;

б) постараетесь убедить продолжить занятие, чтобы довести начатое дело до конца;

в) упрекнете его в лени и нежелании развивать свои способности.

9. Подросток просит вас отпустить его с друзьями в клуб, на дискотеку. Ваша реакция...

а) придумаете благовидный предлог, из-за которого ребенку придется отложить встречу с друзьями;

б) поговорите с ним об опасных соблазнах, которые таят в себе клубы, и запретите посещать подобные места до 18 лет;

в) отпустите при условии, что ребенок будет «выходить на связь» в условленное время.

10. Подросток считает себя непривлекательным из-за угрей. Как его можно успокоить?

а) обратить внимание на его выразительные глаза и красивую форму носа;

б) сказать, что это временное явление, и у всех подростков бывают прыщи;

в) собрать информацию о существующих косметических средствах борьбы с угрями и пообещать купить их.

11. Вы обнаружили, что от куртки ребенка пахнет табаком. Что вы предпримете?

а) будете искать сигареты в карманах его куртки;

б) строго спросите, не начал ли ребенок курить;

в) заведете разговор о том, что многие подростки рано начинают курить, и как бы невзначай спросите, нет ли таких среди его друзей, и как он сам относится к курению.

12. Вы увидели личный дневник, в котором ребенок описывает свой сексуальный опыт...

а) признаетесь, что читали дневник, и выскажете свое беспокойство;

б) при случае заведете разговор о контрацепции;

в) вызовете ребенка на откровенный разговор, чтобы детально разобраться в ситуации.

13. Если вам не нравится кто-то из друзей ребенка, вы обычно...

а) просите его меньше общаться с этим другом;

б) не разрешаете приглашать друга к вам домой;

в) откровенно высказываете свое мнение о нем.

14. Что вы скажете ребенку, если услышите, как он грубит бабушке?

а) «Как ты разговариваешь с бабушкой?!»;

б) «Что у вас произошло?»;

в) «Пожалуйста, не обижай бабушку!».

15. Ребенок увлекся музыкальной группой, творчество которой вам не нравится. Вы..!

а) постараетесь понять, что именно привлекает ребенка в музыке любимого коллектива;

б) предложите послушать записи других современных и классических исполнителей;

в) подвергнете критике тексты песен и аранжировку, чтобы ребенок осознал свое заблуждение.

#### Ключ к тесту

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
а	5	5	5	5	1	5	1	1	3	3	3	5	3	5	1
б	3	1	3	3	3	3	5	5	5	5	5	3	5	1	3
в	1	3	1	1	5	1	3	3	1	1	1	1	1	3	5

#### Анализ результатов теста

16-35 баллов - готовность номер один. Ваш ребенок не страдает от недостатка внимания и знает, что родители всегда будут на его стороне и в любой момент придут на помощь. Ежедневный родительский труд дает вам основание для уверенности в том, что все «вложенное» в ребенка не позволит ему совершить непоправимых ошибок. Тем не менее не стоит забывать принцип: «Доверяй, но проверяй!». Каким бы самостоятельным ни казался ребенок, все-таки он еще не совсем взрослый. Контролировать местонахождение, успеваемость и круг общения можно косвенно и ненавязчиво, например, через общих знакомых или родителей друзей подростка. Не стоит поощрять излишнюю фамильярность в общении и стараться быть для ребенка «своим в доску». Для гармоничного развития ребенку нужно ощущать твердые жизненные принципы родителей, их спокойствие и уверенность.

36-55 баллов - у страха глаза велики. Вы чересчур восприимчивы к трудностям переходного возраста. Вас пугают газетные статьи о подростковой преступности, наркомании и СПИДе. Диковатая подростковая мода, современная музыка, употребление жаргона - все это

*вызывает в вас внутренний протест, который может заставить сына или дочь «закрыться». В ваших отношениях с ребенком не хватает непринужденности. Если ежедневно не давать возможности проявлять самостоятельность, как он научится ответственности? Гиперопека и нравоучительные беседы никогда не оправдывают возлагаемых на них надежд. Лучше просто время от времени болтать с ребенком о фильмах и музыке, о каких-то незначительных событиях, исподволь расспрашивая его о друзьях, взглядах на жизнь, и ненавязчиво высказывать свое мнение. Подросток обязательно примет все это к сведению.*

*56-75 баллов - без диктатуры. Вам необходимо пересмотреть свои отношения с ребенком, чтобы уберечь и его, и себя от серьезных конфликтов. Основная проблема состоит в излишней требовательности, нежелании принимать систему ценностей подростка и мириться с изменениями в его характере. Жесткий контроль, постоянные запреты, отсутствие личного пространства заставляют ребенка протестовать и отстаивать свою свободу, часто проявляя грубость и даже жестокость. Не имея возможности приглашать друзей к себе домой, ребенок все свободное время пропадает на улице или «висит на телефоне». В такой ситуации необходимо подумать, что вы можете предложить ему вместо подобных развлечений. Например, можно записать ребенка в туристический клуб, если он испытывает тягу к приключениям, или в танцевальную студию, если он целыми днями слушает рэп.*