

Министерство образования и науки Самарской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного профессионального образования Самарской области
«Региональный социопсихологический центр»

Просветительская психолого-педагогическая программа
для родителей
«Формирование самооценки
у детей младшего подросткового возраста»

Авторы-составители:
Пешкова Людмила Николаевна,
Чернова Наталья Павловна,
педагоги-психологи ГБУ ДПО
«Региональный социопсихологический центр»

Материал предоставлен авторами программы.
Публикуется в авторской редакции

Тольятти, 2021

Пояснительная записка

Подростковый возраст является важным этапом формирования готовности к личностному самоопределению на основе развития самосознания и мировоззрения, выработки ценностных ориентаций и личностных смыслов, включая формирование гражданской идентичности (Л. И. Божович, Д. Б. Эльконин, И. С. Кон, Э. Эриксон).

Основной особенностью этого возраста являются резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития. Процесс анатомо-физиологической перестройки является фоном, на котором протекает психологический кризис. Центральное новообразование подросткового возраста – «чувство взрослости» – отношение подростка к себе как к взрослому. Это выражается в желании, чтобы все – и взрослые, и сверстники – относились к нему не как к маленькому, а как к взрослому. Он претендует на равноправие в отношениях со старшими и идет на конфликты, отстаивая свою «взрослую» позицию. Чувство взрослости связано с этическими нормами поведения, которые усваиваются детьми в это время. Появляется моральный «кодекс», предписывающий подросткам четкий стиль поведения в дружеских отношениях со сверстниками (формирование «Я-концепции» система внутренне согласованных представлений о себе, образов «Я»)

На этом этапе для подростков характерны критичность мышления, склонность к рефлексии, формирование самоанализа, трудности роста, половое созревание, сексуальные переживания, интерес к противоположному полу. Повышенная возбудимость, частая смена настроений, неуравновешенность часто обостряют отношения со сверстниками и родителями. Наблюдается развитие волевых качеств.

Цель программы: Повышение уровня психологической компетентности родителей через расширение информационного поля об особенностях формирования самооценки младших подростков.

Задачи:

1. Ознакомление родителей с основными новообразованиями детей младшего подросткового возраста.
2. Подведение родителей к осознанию роли семьи в формировании самооценки ребенка.
3. Оказание психологической помощи родителям в формировании адекватной самооценки ребенка и её влиянии на развитие личности младшего подростка.
4. Ознакомление родителей с практическими приемами и способами формирования адекватной самооценки у младших подростков.

Структура и содержание просветительской программы для родителей «Формирование самооценки у детей младшего подросткового возраста» предназначена для повышения уровня психологической компетентности родителей через расширение информационного поля об особенностях формирования самооценки младших подростков.

Программа состоит из вводной, основной и заключительной части.

Вводная часть раскрывает основные новообразования подростков 11-13 летнего возраста.

Основная часть посвящена особенностям стиля семейного воспитания, создания эмоционально-психологического климата в семье и налаживанию взаимоотношений родителей и детей, имеющих такие проблемы в формировании самооценки, как робость, застенчивость, неумение находить друзей, или попадание в плохую компанию, недовольство своей внешностью.

Методы, используемые при реализации программы:

➤ **Мини-лекция** – используется на каждом занятии для теоретического обоснования темы занятий, системы представлений о том или ином предмете, явлении, помощи участникам осмыслить проблему и прийти к определенному выводу.

➤ **Деловая игра.** Посредством моделирования системы отношений в ходе игры участники анализируют заданные условия и принимают оптимальные решения.

➤ **Мозговой штурм.** Техника мозгового штурма используется как способ закрепления полученной информации.

➤ **Арттерапия.** Применяются отдельные приемы как вспомогательное средство для диагностической работы, развития внимания к чувствам, ощущения собственной личностной ценности, расширения способов самовыражения родителей.

➤ **Библиотерапия.** Элементы библиотерапии применяются почти на всех мероприятиях. Подбирается материал для чтения: притчи, яркие рассказы с сюжетами морали. Эти притчи родители могут пересказать своим детям, что решает задачу перевоспитания.

➤ **Метод активного слушания.** В процессе реализации программы родители приобретут навыки заинтересованного слушания своих детей, выражения эмпатии.

➤ **Проблемные задания.** Этот прием позволяет выполнить задания в виде проблемного вопроса, решать задачи, вызывающие затруднения и стимулировать поисковую активность. Цель этих заданий осмыслить реальные проблемы и найти пути их практического решения.

➤ **Практические задания.** Это виды самостоятельной работы, направленные на формирование навыков и умений применения приобретенных знаний.

Сроки и этапы реализации программы: Продолжительность реализации программы 4 месяца. Занятия проводятся 1 раз в месяц, длительность каждого занятия 3 академические часа.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБУ «Школа № 3»

О.Е. Юричева

«1» сентября 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Регионального
социопсихологического центра

Т.Н. Клюева

20.21 г.



II. Учебный план программы

Цель программы: Повышение уровня психологической компетентности родителей через расширение информационного поля об особенностях формирования самооценки младших подростков.

Категория обучающихся: родители обучающихся 11-13 лет.

Срок обучения: сентябрь - декабрь 2021 учебного года.

Режим занятий: один раз в месяц.

№	наименование тем	всего часов	в том числе		форма контроля
			Теоретических	Практических	
1	Вводная часть: «Мой ребенок – подросток!»	2 часа 2	1	1	Анкета тест
2	Основная часть: «Формирование самооценки»	12 часов 12	6	6	Рефлексия
3	Заключительная часть: «Итоговое занятие»	2 часа		2	Тест Анкета обратной связи
Итого		16	7	9	