

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им.
В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В. П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий

Выпускающая кафедра социальной педагогики и социальной работы
Кудряшова Мария Леонидовна

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

Организация психолого-педагогического просвещения как средство
формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников
Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Магистерская программа Управление инновациями в организациях
социальной сферы

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

Заведующий кафедрой
Д.п.н., профессор Фурьева Т.В.

(дата, подпись)

Руководитель магистерской
программы
д.п.н. профессор Фурьева Т.В.

(дата, подпись)

Научный руководитель
к.п.н., доцент Шик С.В. _____
Обучающийся Кудряшова М.Л.

Красноярск 2025

РЕФЕРАТ

Магистерская диссертация представлена на 94 страницах, содержит 8 таблиц, 16 рисунков, 8 приложений. Количество использованных источников – 70.

Объект исследования: процесс организации психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников.

Предмет исследования: организация психолого-педагогического просвещения как средства формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников.

Цель работы: изучить, научно обосновать и практически проверить возможности использования программы психолого-педагогического просвещения как средства формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников.

Гипотеза работы: процесс организации психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников как средства формирования у них рефлексивных умений будет эффективным, если:

- выявлены теоретические предпосылки роли семьи в области поддержки младших школьников в период начального обучения;
- определена структура и охарактеризован процесс организации психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников;
- разработаны критерии, влияющие на развитие рефлексивных умений родителей младших школьников;
- разработана, научно обоснована и реализована психолого-педагогическая программа просвещения родителей младших школьников.

В работе использовались следующие методы исследования:

- теоретические: анализ и синтез теоретических источников по теме исследования, контент-анализ, моделирование, сопоставление;
- эмпирические: анкетирование, беседа, сравнение и сопоставление, проектирование.

Теоретической основой явились труды современных исследователей, в частности: Э.М. Александровской, Е.П. Арнаутовой, Е.Ю. Бихметова, Н.А. Головневой, М.В. Карнауховой, Т.М. Кретиной, Л.И. Мельниковой, Н.А. Хрустальной, С.В. Шика и других.

Новизна исследования заключается, во-первых, в разработке программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников, направленной на создание условий для формирования и развития основных критериев рефлексивных умений родителей младших школьников, необходимых в период поддержки детей на начальной ступени обучения; во-вторых, в обосновании ее эффективности и целесообразности и определении возможности использования не только в МБОУ «Тюхтетская средняя школа №1», но и в других учебных заведениях страны.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что полученные результаты позволяют расширить научные представления об организации психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников как средства формирования их рефлексивных умений.

Практическая значимость работы заключается в разработке программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников, которая позволит, во-первых, развить у родителей критерии, необходимые для формирования рефлексивных умений, во-вторых, повысить знания и умения самих педагогов, связанные с выстраиванием конструктивного взаимодействия с родителями.

Результаты работы позволили прийти к выводу о том, что реализация программы показала серьезные положительные результаты: благодаря участию в программе родители смогли повысить уровень своей информированности по разным вопросам, связанным с воспитанием детей и выстраиванием взаимодействия семьи и школы, лучше понять своих детей и выстроить с ними более тесные и теплые отношения. Все это, в свою очередь, способствовало снижению детских проблем, связанных обучением и в целом сделало их пребывание в школе более комфортным.

Участие родителей в программе оказало положительное влияние на образовательный процесс. В частности, уже после первых занятий было замечено, что первоклассники в целом стали более организованы на уроке, снизилось количество детей, кто первый месяц периодически забывал те или иные школьные принадлежности, оформление работ в тетрадях стало более аккуратным. Также улучшилась дисциплина на уроке. Между собой дети стали более дружелюбными, в их взаимоотношениях появились общие игры.

По теме диссертации опубликованы две статьи:

1. Особенности потребностей и проблемы родителей младших школьников;
2. Особенности проведения психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников.

Abstract

The master's thesis is presented on 94 pages, contains 8 tables, 16 figures, 8 appendices. The number of sources used is 70.

Object of research: the process of psychological and pedagogical education of parents of younger schoolchildren.

Subject of the research: psychological and pedagogical education as a means of developing reflexive skills among parents of younger schoolchildren.

The purpose of the work: to study, scientifically substantiate and practically test the possibilities of using a psychological and pedagogical education program as a means of developing reflexive skills among parents of younger schoolchildren.

The hypothesis of the work: the process of psychological and pedagogical education of parents of younger schoolchildren as a means of forming their reflexive skills will be effective if:

- the theoretical prerequisites for the role of the family in supporting younger schoolchildren during primary education are identified;
- the structure is defined and the process of organizing psychological and

pedagogical education of parents of younger schoolchildren is characterized;

- criteria have been developed that influence the development of reflexive skills of parents of younger schoolchildren;

- a psychological and pedagogical education program for parents of younger schoolchildren has been developed, scientifically substantiated and implemented.

The following research methods were used in the work:

- theoretical: analysis and synthesis of theoretical sources on the research topic, content analysis, modeling, comparison;

- empirical: questionnaire, conversation, comparison and juxtaposition, design.

The theoretical basis is the works of modern researchers, in particular: E.M. Alexandrovskaya, E.P. Arnautova, E.Y. Bikhmetov, N.A. Golovneva, M.V. Karnaukhova, T.M. Kretinina, L.I. Melnikova, N.A. Khrustalkova, S.V. Shik and others.

The novelty of the research lies, firstly, in the development of a program of psychological and pedagogical education for parents of younger schoolchildren aimed at implementing effective and efficient measures that allow parents to develop the criteria necessary for the formation of reflexive parenting skills; secondly, in substantiating its effectiveness and expediency and determining the possibility of using it not only in MBOU Tyukhtetskaya Secondary School", but also in other educational institutions of the country.

The theoretical significance of the study lies in the fact that the results obtained make it possible to expand scientific ideas about the psychological and pedagogical education of parents of younger schoolchildren as a means of forming their reflexive skills.

The practical significance of the work lies in the development of a program of psychological and pedagogical education for parents of younger schoolchildren, which will allow, firstly, to develop the criteria necessary for the formation of reflexive skills among parents, and secondly, to increase the knowledge and skills of teachers themselves related to building constructive interaction with parents.

The results of the work led to the conclusion that the implementation of the program has shown serious positive results: thanks to participation in the program, parents were able to raise their awareness of various issues related to parenting and building family-school interaction, better understand their children and build closer and warmer relationships with them. All this, in turn, helped to reduce children's learning problems and, in general, made their stay at school more comfortable.

The participation of parents in the program has had a positive impact on the educational process. In particular, after the first lessons, it was noticed that first-graders in general became more organized in the classroom, the number of children who periodically forgot certain school supplies for the first month decreased, and the paperwork in notebooks became more accurate. Discipline in the classroom has also improved. The children became more friendly among themselves, and shared games appeared in their relationships.

Two articles have been published on the topic of the dissertation:

1. The specific needs and problems of parents of primary school students;
2. Features of psychological and pedagogical education of parents of younger schoolchildren.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Теоретический анализ проблемы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников	9
1.1. Источники знания родителей о ребенке младшего школьного возраста, способствующие развитию у них рефлексивных умений	9
1.2. Роль семьи в области поддержки младших школьников. Основные критерии, необходимые для формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников.....	16
1.3. Понятие, направления, функции и принципы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников для формирования у них рефлексивных умений	25
Выводы по главе I	35
Глава II. Разработка и реализация программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников	376
2.1. Изучение потребностей и проблем родителей в контексте просвещения	376
2.2. Описание и апробация программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников	54
2.3. Результаты реализации программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников	74
Выводы по главе II	80
Заключение	84
Библиография	87
Приложения	97

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность работы. Поступление ребенка в первый класс – один из наиболее сложных периодов его жизни. Первоклассник примеряет на себя абсолютно новую социальную роль ученика и осваивает новый вид деятельности – учебную. Кроме того, изменяется социальное окружение ребенка, появляются множество новых обязанностей. Таким образом, весь уклад его жизни в корне меняется. И эти изменения, в большинстве случаев, оказывают серьезное влияние на его психоэмоциональное состояние, увеличивая тревожность и эмоциональное напряжение, а порой и переходя в невротические расстройства. Поэтому крайне важно сформировать для первоклассника психологически и физиологически комфортные условия его вхождения в свою новую роль, помочь ему как можно быстрее адаптироваться к школьной жизни. И решение этой задачи ложится на семью. В этот период родители должны стать для ребенка серьезной эмоциональной опорой, поддерживая его старания и усилия, с особым вниманием относиться к его успехам, проявлять терпение и заботу, способствуя тем самым повышению у младшего школьника самооценки и уверенности в себе, а также интереса к учебе и получению новых знаний. По справедливому замечанию Л.А. Венгера, «быть готовым к школе – не значит уметь читать, писать и считать. Быть готовым к школе – значит быть готовым всему этому научиться» [16, с. 43]. И именно эта готовность должна быть организована родителями при поступлении ребенка в первый класс.

Таким образом, родители становятся полноценными участниками образовательного процесса, обеспечивая младшему школьнику как можно более мягкое и комфортное вхождение в него. Однако, при всей важности роли родителей в обучении младших школьников, довольно часто возникает ситуация, когда сами они оказываются не готовы к данному процессу и не обладают необходимыми качествами, в том числе рефлексивными умениями, для того, чтобы провести критический анализ собственной воспитательной

деятельности, определить причины проблем, возникающих у ребенка на начальной стадии школьного обучения и место среди этих причин принятых в семье детско-родительских отношений, найти наиболее эффективные и комфортные способы взаимодействия с ребенком и мотивации его на обучение и в конечном итоге помочь ему эмоционально, физически и интеллектуально адаптироваться к школьной среде.

Поэтому задача школы заключается не только в том, чтобы организовать образовательный процесс для самих учеников, но и в том, чтобы вовлечь в него родителей, помочь разобраться в нем и сформировать у них рефлексивные умения, которые в дальнейшем помогут родителям поддержать своих детей во время школьного обучения. Так, в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, утвержденном Приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287, говорится о том, что «рабочая программа воспитания должна обеспечивать содействие развитию педагогической компетентности родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся в целях осуществления социализации обучающихся в семье» [1]. При этом следует отметить, что сами педагоги не всегда уделяют работе с родителями должного внимания и далеко не все из них обладают необходимыми знаниями в данной области.

Все выше обозначенное позволило сформулировать противоречие между важностью участия родителей младших школьников в образовательном процессе, обусловленной возможностью создать для учеников совместными усилиями семьи и школы максимально комфортные условия вхождения в данный процесс, и, во-первых, отсутствием у родителей необходимых качеств в данной области (в первую очередь, рефлексивных умений), во-вторых, отсутствием у самих педагогов необходимых теоретических знаний и практических навыков, направленных на психолого-педагогическое просвещение родителей младших школьников.

Выделенное противоречие позволило сформулировать проблему

исследования: отсутствие у родителей необходимых качеств, в первую очередь рефлексивных умений, позволяющих поддержать младших школьников в период начального обучения, а также слабая разработанность методологической базы взаимодействия родителей и учителей в данный период. Данная проблема обусловила выбор темы исследования: «Психолого-педагогическое просвещение как средство формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников».

Объект исследования: процесс организации психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников.

Предмет исследования: организация психолого-педагогического просвещения как средства формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников.

Цель работы: изучить, научно обосновать и практически проверить возможности использования программы психолого-педагогического просвещения как средства формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников.

Гипотеза работы: процесс организации психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников как средства формирования у них рефлексивных умений будет эффективным, если:

- выявлены теоретические предпосылки роли семьи в области поддержки младших школьников в период начального обучения;
- определена структура и охарактеризован процесс организации психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников;
- разработаны критерии, влияющие на развитие рефлексивных умений родителей младших школьников;
- разработана, научно обоснована и реализована психолого-педагогическая программа просвещения родителей младших школьников.

Задачи исследования:

1. Выявить основные источники знания родителей о ребенке младшего школьного возраста, способствующие развитию у них рефлексивных умений.

2. Определить роль семьи в области поддержки младших школьников, а также основные критерии, необходимые для формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников.

3. Представить понятие, направления и принципы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников.

4. Определить основные потребности и проблемы родителей в области поддержки младших школьников для формирования у них рефлексивных умений.

5. Разработать и апробировать программу психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников.

6. Определить эффективность и целесообразность программы.

Теоретическую и методологическую основу работы составили труды современных исследователей, в частности: Э.М. Александровской, Е.П. Арнаутовой, Е.Ю. Бихметова, Н.А. Головневой, М.В. Карнауховой, Т.М. Кретиной, Л.И. Мельниковой, Н.А. Хрустальной, С.В. Шика и других.

В работе использовались следующие методы исследования:

– теоретические: анализ и синтез теоретических источников по теме исследования, контент-анализ, моделирование, сопоставление;

– эмпирические: анкетирование, беседа, сравнение и сопоставление, проектирование.

База исследования: муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Тюхтетская средняя школа №1». Всего в исследовании приняло участие:

– на констатирующем (проектном) этапе: 20 родителей детей, посещающих первый класс данного образовательного учреждения;

– на формирующем (проектном) и контрольном (аналитико-рефлексивном): 20 родителей детей, посещающих первый класс данного образовательного учреждения.

Этапы работы:

Аналитический этап (сентябрь 2023 г. – май 2024 г.). Проведён теоретический анализ исследований по проблеме.

Предпроектный этап (июнь 2024 г. – август 2024 г.). Подобраны методики для определения уровня потребностей и проблем родителей в области поддержки младших школьников.

Проектный этап (сентябрь 2024 г. – декабрь 2024 г.). Определены потребности и проблемы родителей в области поддержки младших школьников. Разработана и реализована программа психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников.

Аналитико-рефлексивный этап (январь – декабрь 2025 г.). Проведено повторное обследование родителей с целью определения эффективности и целесообразности представленной программы, подготовлен текст диссертации.

Новизна исследования заключается, во-первых, в разработке программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников, направленной на создание условий для формирования и развития основных критериев рефлексивных умений родителей младших школьников, необходимых в период поддержки детей на начальной ступени обучения; во-вторых, в обосновании ее эффективности и целесообразности и определение возможности использования не только в МБОУ «Тюхтетская средняя школа №1», но и в других учебных заведениях страны.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что полученные результаты позволяют расширить научные представления об организации психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников как средства формирования их рефлексивных умений.

Практическая значимость работы заключается в разработке программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников, которая позволит, во-первых, развить у родителей критерии, необходимые для формирования рефлексивных умений, во-вторых, повысить знания и умения самих педагогов, связанные с выстраиванием конструктивного

взаимодействия с родителями.

Структура работы. Работа состоит из введения, основной части, включающей в себя теоретическую и практическую главы; заключения, в котором даны основные выводы по работе; библиографию, состоящую из 70 источников; 8 приложений.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1. Источники знания родителей о ребенке младшего школьного возраста, способствующие развитию у них рефлексивных умений

Семья – это место, где ребенок получает первый опыт общения с окружающими, где формируются его мировоззренческие установки, отношение к себе и окружающим. В семье ребенок получает опыт, передаваемый поколениями, таким образом, формируется его Я-концепция [35].

Однако для того, чтобы наполнить ребенка знаниями, сформировать у него адекватное представление о себе как личности и об окружающем мире, родители сами должны большим багажом разнообразных знаний по широкому кругу областей, от психологии и педагогики до медицины и естествознания.

Источники этих знаний бывают самые разнообразные, от прочитанных книг и публикаций до собственного жизненного опыта, в том числе, полученного в детском возрасте.

С.В. Шик [66] выделяет несколько основных источников, расширяющих знания родителей о ребенке и способствующих развитию у них рефлексивных умений, которые, в свою очередь, формируют отношения родителей к воспитанию детей.

Рассмотрим основные из этих источников, выделенные на основе анализа современной научной литературы [17, 30, 66, 70,].

1. Детский опыт взаимодействия с собственными родителями.

Согласно американскому исследователю J. Brooks [70], для более, чем половины родителей, имеющих детей младшего школьного возраста, основное влияние оказывает то, как воспитание осуществлялось в их детстве. Родители усваивают ценности, используют конкретные дисциплинарные

методы и общий эмоциональный тон позитива или негатива от своих родителей. Самое важное, что закладывается в детстве – привязанность к родителям и их мнениям: как относиться к людям, заслуживают ли они доверия, как их можно контролировать, приятны ли возникающие отношения и насколько человек любим. Эти внутренние модели того, чего можно ожидать от других, влияют на отношения взрослых с друзьями, брачными партнерами и собственными детьми. Со своими детьми они устанавливают любящие, теплые и чуткие отношения, но также способны и на ограничения. Трудности во взаимоотношениях с родителями в детстве приводят к одному из трех видов неуверенных отношений с людьми во взрослой жизни.

Первый вид заключается в том, что дети, у которых формируется неуверенная, избегающая привязанность к далеким и недоступным родителям, во взрослой жизни будут чувствовать себя некомфортно в близких отношениях. Они менее чувствительны к потребностям своих детей, особенно когда дети испытывают негативные чувства, и они склонны быть холодными и контролировать свое взаимодействие с детьми.

Второй вид – это дети, у которых формируется неуверенная, тревожная привязанность к ненадежным, провоцирующим гнев родителям, остаются озабоченными своими сильными чувствами во взрослой жизни. Они беспокоятся, что другие не заботятся о них, и не могут справиться со своими эмоциями. Со своими детьми они отзывчивы, но непоследовательны, иногда теплы, но легко расстраиваются и неэффективно помогают детям.

Третий вид – дети, чьи родители пережили потери и лишения, реагируют на них непредсказуемым, неудовлетворяющим детей образом, формируют неуверенные, дезорганизованные/дезориентированные привязанности и испытывают трудности в установлении последовательных, поддерживающих отношений со своими детьми. Это крайняя форма небезопасной привязанности, наблюдаемая в группах травмированных родителей, а также родителей, злоупотребляющих алкоголем.

Таким образом, детский опыт родителей в целом служит образцом

того, как люди относятся друг к другу.

Вместе с тем негативные родительские установки не являются неизменными, повторение собственного неблагополучного детства в своих детях не фатально. Родители могут справиться со своими чувствами по поводу поведения своих родителей, обрести самопонимание и перевоспитать себя, принять новые способы взаимоотношений, получить поддержку от профессионалов, родительских групп и друзей. Они имеют возможность развивать гибкий и теплый стиль воспитания.

2. Религия.

Принадлежность семьи к той или иной религии и следование ее канонам и заповедям во многом определяет мировоззренческую концепцию ребенка, воспитывающегося в ней. Религиозные группы формируют культуру, которая обеспечивает направления развития личности и предписывают определенный образ жизни, который родители передают детям. Например, без алкоголя, без кофеина, с молитвами несколько раз в день. Отличаются и рекомендации для родителей, в частности, в рамках православия или ислама.

3. Компетентные специалисты.

Родители чаще всего обращаются к специалистам, таким как педиатры и воспитатели, а в более старшем возрасте к психологам и психотерапевтам. Индивидуальные и групповые консультации, личное посещение или индивидуальный просмотр лекций и семинаров различных педагогов, докторов, психологов помогает родителям восполнить свои пробелы в воспитании здоровой и физически личности и встроить с ребенком более конструктивные взаимоотношения.

Развитие цифровых технологий сейчас помогает родителям задавать свои вопросы специалистам на различных форумах и сайтах, получая при этом не одно мнение, а несколько.

Кроме того, посещая родительские собрания, общаясь с педагогами, родитель получает знания о том, как ведет себя его ребенок вне семьи, узнает

о том, как он контактирует со сверстниками и взрослыми, какие проблемы испытывает и в чем преуспевает.

4. Расширенная семья и друзья.

Бабушки и дедушки в семье – это источник получения важной информации, в том числе и о своей семье, возможность укрепить свои связи с родом, уяснить его традиции и ценности, что делает ребенка в дальнейшем более целостным и устойчивым как личность, помогает ему самоидентифицироваться и найти свое место в жизни. И, конечно же, бабушки и дедушки – это источник жизненной мудрости, обусловленной прожитыми годами.

Другие родственники, помимо собственных родителей, а также друзья – это люди, которые имеют свой жизненный опыт и круг общения. Они могут дать молодым родителям полезные советы, познакомить с полезными людьми. Кроме того, родители могут посещать группы по интересам, связанные с воспитанием детей. Этим могут быть, например, родительские школьные чаты, чаты групп дополнительных занятий, различные дополнительные чаты для мам и пап в цифровом пространстве. Например, телеграм-канал «Мама – не радио», «Детство без гаджетов» и другие.

5. Средства массовой информации.

Согласно имеющимся исследованиям, этот источник информации имеет для родителей меньшую значимость, однако следует сказать, что в последнее время, когда все больше растет такое явление, как осознанное родительство, то растет и потребность родителей в новых знаниях, поступающих через средства массовой информации. Они предоставляют актуальную информацию в областях, представляющих интерес для родителей, поднимают вопросы и вызывают дискуссии, которые заставляют задуматься. Родители чаще всего обращаются к книгам, журналам, веб-сайтам и телевизионным передачам для получения информации о развитии и воспитании ребенка.

Ежегодно в мире издается огромная масса популярных книг по

воспитанию, обширные руководства для родителей. В них обобщаются как теоретические научные достижения о развитии детей и роли родителей, так и собственно практика просвещения родителей. Хотя теории не содержат пошаговых инструкций для родителей, они помогают им понять, как дети растут и развиваются, показывают сложность процесса роста и необходимость родительского участия. Кроме того, СМИ дают родителям методики формирования здоровых привычек питания и сна, рассказывают о том, как решать возникающие проблемы, например, как действовать, если у ребенка проблемы со школой или депрессия. Они также поднимают вопросы, помогают высказаться родителям и обществу и прийти к более ясному пониманию проблем воспитания детей.

Согласно данным, полученным исследователями литературного портала «MyBook», а также платформы «Мегафон Книги», наиболее популярными среди современных российских родителей являются издания таких современных авторов, как Л. Петрановская, Ю. Гиппенрейтер, А. Фабер и Э. Мазлиш, Е. Комаровский, Д. Зицер, А. Курпатов, И. Млодик, Ш. Амонашвили. Кроме того, современные мамы и папы по-прежнему читают давно изданные книги: бестселлер известного американского педиатра Б. Спока «Ребенок и уход за ним», работы знаменитых советских педагогов Б. и Е. Никитиных.

Кроме того, родителям предлагается широкий спектр печатных и электронных изданий, посвященных воспитанию детей и уходу за ними, разного рода телевизионные («Детям и родителям» на Первом канале, «Одни дома» на телеканале «Пятница») и радиопередачи («Каждый родитель желает знать» на «Детском радио») и др.

6. Сам ребенок.

Помимо выделенных выше источников знаний родителей о ребенке, современным исследователями [2, 17, 30, 36] выделяется также такой основной источник получения информации, как сам ребенок. Здесь следует отметить, что не совсем корректно считать ребенка источником знаний, т.к.

вряд ли ребенок, ввиду своего юного возраста, способен предоставить родителям какую-то совершенно новую для них информацию. Между тем, ребенок способен значительно обогатить родительский опыт своих близких и помочь им получить необходимые сведения для решения разного рода педагогических задач. Таким образом, ребенок является, скорее, источником опыта родителей.

Несмотря на то, что он воспитывается в социуме и семье, где в силу традиций, религии, социальных норм и т.д. приняты различные правила поведения и воспитания, а также взаимоотношений между родителями и детьми, ребенок обладает индивидуальностью, которую также нужно учитывать. Получать информацию о ребенке можно с помощью таких методов, как:

1) Наблюдение.

Наблюдение помогает определить интересы, умения и потребности ребёнка, увидеть изменения в его развитии с течением времени. Оно помогает вовремя определить проблемы в физическом или психическом отклонении ребенка или, наоборот, увидеть его интересы и развить их (например, если родители видят, что ребенок имеет склонность к рисованию, логичным будет отправить его в художественную школу).

2) Общение с ребёнком.

Ребенок школьного возраста – это уже вполне сформировавшаяся личность со своими интересами и потребностями. Первостепенная задача родителей – увидеть эту личность в своем ребенке. И порой для того, чтобы помочь ему справиться с той или иной проблемой, достаточно просто поговорить с ним. Кроме того, разговоры помогают родителям понять интересы своих детей, его точки зрения на те или иные вопросы, а это, безусловно, самым положительным образом позволяет выстраивать воспитательно-образовательный процесс и помогает выстраивать конструктивные детско-родительские отношения.

3) Совместные занятия.

Как и разговоры, совместные занятия помогают родителям и детям лучше узнать друг друга, а также сформировать более тесные отношения. Кроме того, во время совместной деятельности родитель может более пристально наблюдать за своим ребенком, ставить его в разные непредвиденные обстоятельства и следить за его реакцией (например, реакцией на победу или проигрыш в настольной игре) и корректировать, при необходимости, его поведение.

Таким образом, современным родителям доступны разнообразные источники информации о ребенке и его воспитании. В целом новое поколение родителей имеет гораздо больше возможностей для эффективного воспитания детей. С нашей точки зрения, это обусловлено несколькими факторами:

- во-первых, родительство становится более осознанным и требует наличия широкого круга знаний для того, чтобы вырастить ребенка в физически и психологически комфортной среде, что понимают и принимают современные родители;

- во-вторых, доступность информации, обусловленная развитием цифровых средств связи, что позволяет получить быстрый ответ на любой вопрос, при этом имея разнообразие мнений (однако тут возникает проблема достоверности информации);

- в-третьих, развитие такого течения, как культ детства и детоцентризм, когда вся семья сосредоточена на воспитании ребенка [13] (современные как педагоги, так и родители имеют разные точки зрения по отношению к данному течению: кто-то культивирует и активно пропагандирует его, а кто-то относится крайне негативно; однако тот факт, что его распространение влечет за собою появление огромного разнообразия продуктов, ориентированных на детей и их родителей (в том числе литературы о воспитании и взаимоотношениях с ребенком) – налицо).

Следовательно, главная задача современных родителей – уметь объективно оценивать получаемую информацию.

В заключение данного параграфа следует отметить, что для получения знаний о ребенке и особенностях его воспитания, а также расширения своего педагогического опыта родители используют разнообразные источники информации, основными из которых являются:

- детский опыт взаимодействия с собственными родителями;
- религия;
- компетентные специалисты;
- расширенная семья и друзья;
- сам ребенок (посредством наблюдения за его поведением, общения с ним и участия в совместных занятиях).

Правильно используя и дозируя полученную информацию, родитель сможет получить необходимые знания о своем ребенке и родительский опыт.

1.2. Роль семьи в области поддержки младших школьников. Основные критерии, необходимые для формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников

Значимость детско-родительских отношений в период начала школьного обучения подчеркивается многими исследователями (Д. С. Лыгденовой [38], А.С. Макаренко [39], И.В. Сероруковой [53], Е.В. Сидоровой [54], А.В. Федоровой [61] и др.). Так, по справедливому замечанию Т.Н. Ефименко, «семья играет фундаментальную роль в воспитании младших школьников, формируя у ребенка основы морали, эмоционального интеллекта, жизненных установок и отношения к учебе. Начальная школа является важным этапом, когда дети активно осваивают социальные нормы, развивают познавательные способности и учатся взаимодействовать с окружающим миром. В этот период особенно важно участие родителей в воспитании, поскольку их повседневное поведение и принципы оказывают непосредственное влияние на формирование личности ребенка. Семья не только обеспечивает физическое и эмоциональное

развитие ребенка, но и закладывает основы его мотивации к учебе, трудолюбию, уважению к другим» [23]. В частности, Е.А. Краса среди основных факторов, вызывающих проблемы школьной адаптации, выделила семейные факторы, среди которых: «неверные стратегии семейного воспитания, завышенные требования, стимулирование чрезмерной привязанности к родителям и др.» [33, с. 113].

Значение семьи в области поддержки младших школьников в период обучения подчеркивал и А.С. Макаренко, определив две основные образовательные задачи поддержки семейного воспитания: «научить родителей правильно воспитывать детей и найти способы эффективного взаимодействия семьи и школы» [39, с. 55]. А.С. Макаренко уделял особое внимание поиску оптимальных способов совместной работы семьи и школы на благо ребенка. По его мнению, «такие методы, как морализаторство, публичная критика и т.д., неразумны и даже вредны» [39, с. 55].

Кроме того, как наличие трудностей младших школьников на первой ступени школьного обучения связано с уровнем их адаптированности к новым для них учебным условиям. Как замечает Д.Я. Лыгденова, «первый учебный год – это не только один из самых сложных этапов в жизни ребенка, но и испытательный период для родителей. В первую очередь, в этот период необходимо их максимальное участие в жизни ребенка в период прохождения процесса адаптации» [38, с. 832]. В свою очередь, согласно многим современным исследователям [8, 11, 15, 24, 34, 42, 43], на уровень адаптированности, мотивированности и успеваемости детей в начальных классах оказывают серьезное влияние особенности семейного воспитания. Так, в исследовании Е.А. Панько и Я.Л. Коломинского отмечено, что «адекватная оценка ребенком своего положения в школе, оптимальные методы семейного воспитания, изменение вида деятельности, высокий статус в группе сверстников, отсутствия конфликтных ситуаций в семье, способствует успешному привыканию детей к обучению, в то время как функциональная неготовность к школе, низкий уровень образования

родителей, неудовлетворенность в общении со взрослыми, неблагоприятный микроклимат в семье и негативное отношение учителя затрудняют процесс адаптации ребенка к школе» [32, с. 104]. В свою очередь Л.Н. Зыбина и Н.М. Мантурова отмечают, что «постоянное или временное нахождение во враждебной семейной обстановке провоцирует ребенка уйти от общения и формирует агрессивные действия и отклоняющееся поведение» [26, с. 88]. Как следствие, данное отклоняющееся поведение приводит к тому, что ребенок не в состоянии выстроить позитивные и конструктивные взаимоотношения с окружающими, адекватно оценить себя и влиться в учебный процесс.

О.В. Андреевой [3] также было эмпирически доказано, что отношения родителей и детей в семье имеют большое значение для общего психологического состояния ребенка, а также оказывают значительное влияние на уровень успешности обучения ребенка в школе.

Таким образом, поддержка и участие родителей в школьной жизни ребенка могут значительно повысить его мотивацию к учебе и развить многие необходимые для обучения навыки. На рисунке 1 представлены основные направления взаимодействия родителей с детьми на первом этапе школьного обучения, выделенные автором на основе анализа научной литературы [20, 25, 28, 46], помогающие последним быстрее и эффективнее влиться в учебный процесс.

По мнению С.В. Шика, «вовлеченность родителей в образование детей имеет следующие преимущества:

1. Повышает успеваемость учащихся. Учащиеся на всех уровнях лучше справляются с учебной программой, имеют более позитивное отношение к школе, более высокие устремления.
2. Приводит к более глубокому осознанию родительской роли, укрепляет социальные связи и мотивирует к возобновлению собственного образования.
3. Учителя утверждают, что их жизнь становится легче, если они

получают помощь родителей в выполнении своей работы. Они также считают, что родители, вовлеченные в процесс, обычно более позитивно относятся к учителям как к профессионалам. Школьные администраторы склонны давать лучшие оценки тем учителям, которые включают родителей в свои рабочие планы. Они оценивают таких учителей выше не только в навыках межличностного общения, но и в общей способности к преподаванию.

4. У родителей развивается чувство сопричастности к школе. Возникает сообщество родителей, которые чутко поддерживают потребности школы и реагируют на требования государства и общества» [66, с. 215].

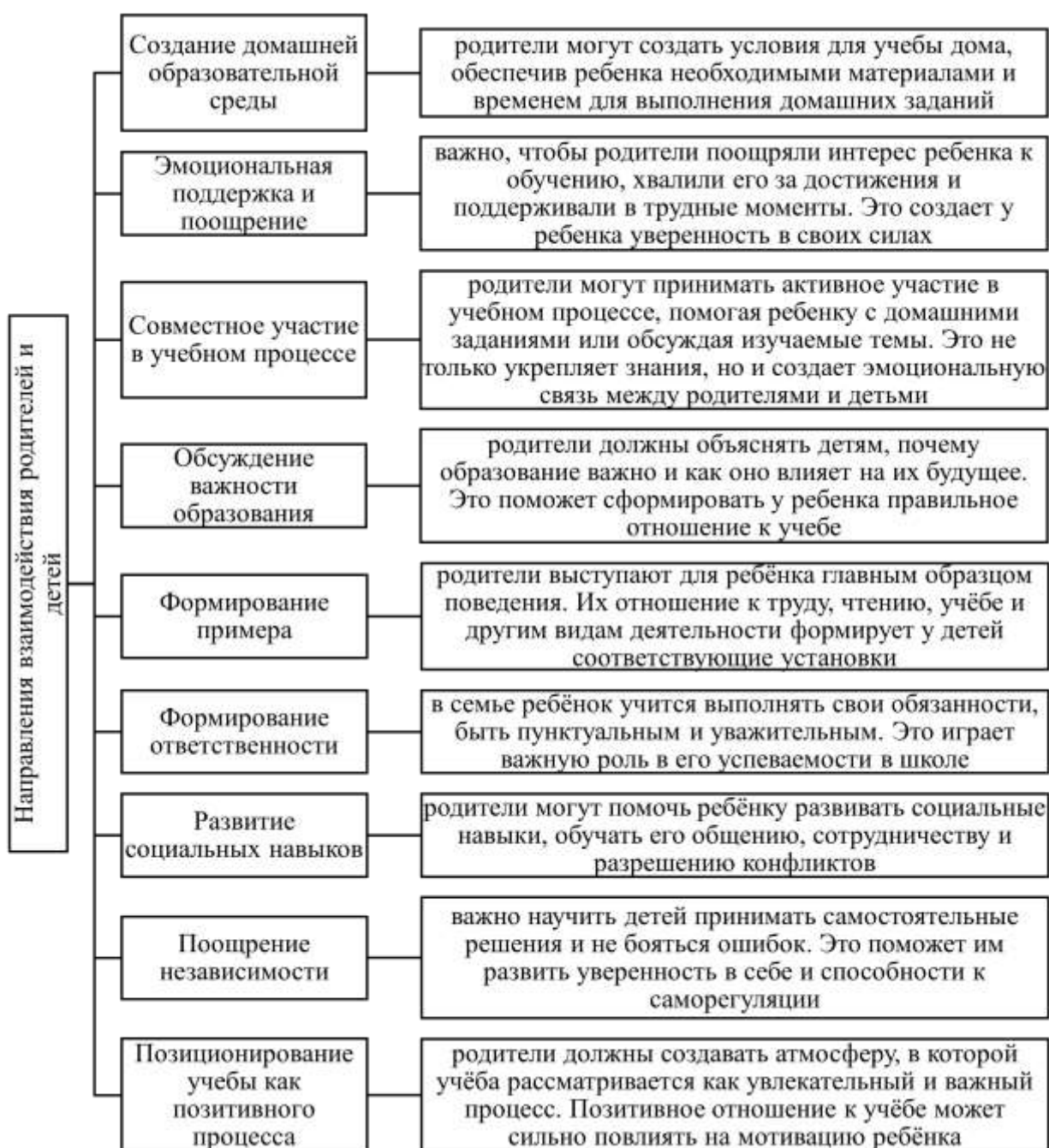


Рисунок 1 – Основные направления взаимодействия родителей с детьми на первом этапе школьного обучения

Из всего вышеотмеченного можно сделать вывод о том, что на первом этапе получения школьного образования родители являются полноценными участниками образовательного процесса, налаживая тесное сотрудничество с учителем. Сотрудничество между учителями и родителями – это не просто обмен информацией, это активное взаимодействие, которое включает в себя совместное решение проблем, обсуждение успехов и трудностей, а также

совместное планирование мероприятий, направленных на развитие ребенка. Это взаимодействие помогает создать единое образовательное пространство, в котором ребенок чувствует поддержку и понимание.

Определяя роль семьи в области поддержки младших школьников в период обучения и их взаимодействии со школой, Р.У. Арифудиной и соавторами [5, с. 19] выделяются три основных подхода к данному вопросу:

- первый подход заключается в том, что первостепенная роль в воспитании ребенка и влиянии на его мировоззрение отводится образовательному учреждению (в частности, школе);

- согласно второму подходу на школу накладывается функция по логическому продолжению того воспитательно-образовательного процесса, что был заложен в семье;

- третий подход базируется на понимании семьи и школы как гармоничного тандема, тесная взаимосвязь и согласованность которого (без доминирования одного над другим) позволяют сформировать полноценную личность.

С нашей точки зрения, именно третий подход, в котором как равнозначные партнеры действуют и семья, и школа, является наиболее справедливым, т.к. это два разных социума, со своими правилами, устоявшимися традициями, ценностями и мировоззренческими установками, в которых в приблизительно равной степени находится ребенок и которым приблизительно в равной степени доверяет. В связи с этим очень важно, чтобы они находились в сотрудничестве и согласованности между собой с целью воспитания ребенка как нравственной, всесторонне развитой личности, для которой учеба в школе не является непосильной задачей, а воспринимается как важный и нужный жизненный этап.

Среди основных функций родителей как участников образовательного процесса, ориентируясь на анализ современных источников [60, 62, 63], целесообразно отметить следующие:

- функций направления – представления правильного эмоционального

настроя, вектора деятельности;

- функция взаимодействия – сотрудничества с педагогическим коллективом в организации наиболее комфортных условий в процессе получения новых знаний;

- функция сопричастности – участия в образовательном процессе в качестве одного из важнейших субъектов, способствующих наилучшему усвоению ребенком получаемых знаний и практических навыков;

- функция мотивирования – побуждения ребенка к обучению и у выполнению школьных заданий на высоком уровне экологичными способами (без угроз и запретов);

- функция оптимизации – совершенствования образовательного процесса, способности сделать его наиболее интересным, физически и психологически комфортным для ребенка.

При этом важно понимать, что реализация всех выше обозначенных функций родителей возможна только в том случае, если они в достаточной мере обладают рефлексивными умениями.

В настоящий момент в научной литературе встречается много толкований понятий «рефлексия» и «рефлексивные умения». Согласно В.И. Слободчикову [55], рефлексия является той основой, на которой в дальнейшем формируются и развиваются первостепенные человеческие умения и навыки, реализуемые в различных областях человеческой деятельности, в частности, в области воспитания ребенка. С точки зрения А.Г. Асмолова [7] рефлексия представляет собой понимание и осмысление индивидуумом тех психических процессов, что в конкретный момент времени протекают в нем и являются причинами тех или иных мыслей и поступков. Таким образом, в соответствии с данным пониманием рефлексии, каждый родитель в рамках своей воспитательной деятельности воспринимает, обрабатывает, сохраняет и использует информацию, получаемую из внешней среды, которая оказывает непосредственное влияние на его воспитательные действия. Г.П. Щедровицкий [67] определяет смысл

рефлексии в ее ориентированности на понимание человеком собственных способностей и знаний, которые дают ему возможность понять и при необходимости реализовать или модифицировать различные виды деятельности, в том числе той деятельности, которая связана с воспитанием и обучением ребенка. В свою очередь Л.А. Артюшина и М.Ю. Монахов [6] полагают, что рефлексивные умения – это такие умения, которые позволяют личности осознавать те действия, которые она совершает, и сопоставлять их с полученным в итоге этих действий результатом.

Таким образом, рефлексия – это способность анализировать, понимать и применять получаемую информацию и практический опыт, действуя в соответствии с полученными знаниями. В свою очередь, рефлексивные умения родителей младших школьников – это сформированная система способностей анализировать свои воспитательные действия, понимать сильные и слабые стороны применяемых ими методов воспитания, умения применять и использовать в практической деятельности полученные знания.

По утверждению Н.Д. Садовой [52], рефлексивные умения родителям необходимы:

- для решения разнообразных воспитательных задач, т.к. позволяет выбрать в рамках данного процесса наиболее правильные и экологичные для обеих сторон (родителей и ребенка) решения;
- для эффективного управленческого взаимодействия, позволяющего направить действия, мысли чувства ребенка в нужном направлении;
- для лучшего понимания ребенка, мотивов его поведения и мировоззренческих установок;
- для самоанализа Я-концепции, понимания мотивов своего поведения в процессе взаимодействия с ребенком;
- для собственного развития как личности и как осознанного родителя.

В свою очередь, анализ современных научных источников [2, 5, 29, 41] позволил заключить, что уровень развития рефлексивных умений родителей характеризуется уровнем развития у них таких критериев, как:

- информированность (о школьных предметах, изучаемых ребенком, о существующих видах взаимодействия семьи и школы, об особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи, о личностных особенностях своего ребенка, об источниках получения информации о воспитании);

- коммуникативные навыки (в том числе умение бесконфликтно взаимодействовать с ребенком, слышать и слушать его, конструктивно общаться, понимать мотивы детского поведения);

- умение поддерживать ребенка (в том числе правильно планировать время ребенка, мотивировать ребенка на саморазвитие, снижать тревожность).

Следовательно, чем выше уровень рефлексивных умений родителей, тем более здоровой является атмосфера в семье и тем более комфортно чувствует себя ребенок при взаимодействии с родителями, а также в различных непривычных для него обстоятельствах (в том числе на первом этапе школьного обучения).

Высокий уровень развития рефлексивных умений родителей – это не врожденное качество. Он формируется в течение продолжительного времени, в процессе разнообразной и непростой работы родителя над собой. В частности, развитию рефлексивных умений способствуют обращение к научной литературе и опыту прошлых поколений родителей, активное взаимодействие с детьми и анализ детского поведения, участие в дискуссиях о проблемах воспитания и развития детей, решение различных проблемных ситуаций в области семейного воспитания. При этом следует отметить, что главный принцип успешности развития рефлексивных умений родителей – это их готовность и стремление развиваться и понимание важности данного качества для воспитания ребенка.

Таким образом, семья играет очень важную роль в поддержке младших школьников в период начального обучения. Однако поддержка эта будет наиболее эффективна, если родители обладают достаточными рефлексивными умениями, на которые, в свою очередь, влияют уровни

развитие у родителей таких критериев, как: информированность, коммуникативные навыки, умение поддерживать своего ребенка. Однако проблема заключается в том, что далеко не все родители на должном уровне демонстрируют рефлексивные умения. Как следствие, возникает необходимость в организации для родителей младших школьников различных направлений психолого-педагогического просвещения, которое позволяет на должном уровне сформировать у них данные умения.

1.3. Понятие, направления, функции и принципы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников для формирования у них рефлексивных умений

Выделенная в предыдущем параграфе настоящей работы важная роль семьи в области поддержки младших школьников в период начального обучения при несформированности у многих родителей необходимых для этого критериев развития рефлексивных умений определяют необходимость организации психолого-педагогического просвещения родителей.

Анализируя подходы к определению данного понятия, следует отметить, что современными исследователями, как правило, рассматривается либо педагогическое, либо психологическое просвещение и в редких случаях происходит их слияние. Между тем, педагогическое просвещение невозможно в полной мере без учета психологических особенностей детей того или иного возраста, а психологическое просвещение – без учета педагогического опыта. Кроме того, довольно часто используя термин «психолого-педагогическое просвещение» в своих научных работах, мало кто из исследователей дает ему полноценное определение.

Согласно Л.Ф. Чупрову, психолого-педагогическое просвещение – «раздел профилактической деятельности специалиста-психолога, направленный на формирование у населения (учителей, воспитателей, школьников, родителей, широкой общественности) положительных

установок к психологической помощи, деятельности психолога-практика и расширение кругозора в области психологического знания» [64]. Однако данное определение представляется нам, с одной стороны, достаточно общим и размытым, с другой стороны – сконцентрированным на психологии, а не на педагогике.

Как отмечает Н.А. Маколова, «психолого-педагогическое просвещение – это взаимодействие родителей и школы, направленное на расширение кругозора родителей (законных представителей) в области психологии и педагогики, повышение психолого-педагогических компетенций, а также на формирование у родителей положительных установок к психолого-педагогической помощи со стороны школы» [50].

Н.Ш. Валеева, М.М. Шубович [14] рассматривают психолого-педагогическое просвещение как фактор развития педагогической культуры родителей.

Наиболее полным и соответствующим нашим представлениям является определение, данное психолого-педагогическому просвещению С.А. Шведом, под которым данным автором понимается «процесс информирования родителей об особенностях развития личности ребенка и способах взаимодействия с ним, построенный в контексте жизнедеятельности субъектов взаимодействия в соответствии с ценностями культуры. Характерной особенностью просвещения является то, что в процессе освоения педагогических знаний продолжает развиваться и личность самих родителей.

Психолого-педагогическое просвещение предполагает наличие обратной связи, выявление позиций субъектов в ходе обсуждения тех или иных вопросов – в данном случае участники (слушатели) более активны. Обучение родителей предполагает не только передачу знаний, но и формирование умений и навыков» [65, с. 41].

В качестве первостепенных направлений, реализуемых в рамках психолого-педагогического просвещения родителей, современными

авторами [9, 57] определяются:

- информирование родителей (законных представителей) об основных принципах и тенденциях нормотипичного психо-физиологического развития детей в разные возрастные периоды;
- распространение среди родителей (законных представителей) разнообразной психолого-педагогической информации в доступной и интересной для них форме;
- формирование и развитие у родителей (законных представителей) понимания о важности совершенствования своей информированности о разных вопросах воспитания и развития детей как полноценных и всесторонне развитых личностях;
- информирование родителей (законных представителей) об основных способах саморефлексии, самосовершенствования, саморегуляции;
- предоставление родителям (законным представителям) помощи и поддержки в решении вопросов в области детско-родительских отношений, специфики работы образовательной организации.

Таким образом, психолого-педагогическое просвещение родителей представляет собой действенный инструмент в области формирования и развития у них рефлексивных умений в связи с тем, что, как справедливо замечает З.В. Погонец [47], является:

- неким ориентиром, позволяющих родителям осуществить наиболее оптимальный и эффективный для себя набор знаний и умений для воспитания своего ребенка;
- специфическим методом работы, направленным на предоставление действенной педагогической помощи родителям в нахождении решений по воспитанию своих детей и выстраиванию с ними конструктивного и взаимокomфортного взаимодействия;
- процессом совместного с родителями поиска целей, задач, методов, принципов и инструментов воспитания детей.

Таким образом, все выше обозначенное позволяет нам сделать вывод о

том, что сформированность у родителей рефлексивных умений является той целью, на которую ориентируется организация психолого-педагогического просвещения родителей, что, в свою очередь, приводит к становлению оптимальной родительской позиции, ответственного родительства. Ориентируясь на точку зрения Н.М. Науменко [45, с. 43], следует отметить, что под родительской позицией понимается конкретная психолого-педагогическая установка каждого из них, основанная на неосознанной системе восприятий своего ребенка и проявляющаяся в специфической системе взаимодействия с ним и предъявляемых к нему требований. Для наиболее оптимальной родительской позиции характерны такие качества, как:

- разумность и объективность в оценке своего ребенка, его физических, интеллектуальных и психологических качеств и способностей;
- вариативность, проявляющаяся в возможности менять методы и приемы воспитания по мере взросления ребенка и изменения его личностных особенностей;
- дальновидность, которая заключается в умении видеть жизненную перспективу своего ребенка и уметь подбирать под нее наиболее адекватные и целесообразные методы и приемы воспитания.

Работа в области психолого-педагогического просвещения родителей должна строиться с учетом Я-высказываний родителей, т.к. рефлексия родителей по поводу воспитания определяется их субъективным пониманием данного процесса, а также сформированными у каждого родителя сугубо индивидуальными критериями рефлексивных умений. Я-высказывание (Я-сообщение) – термин психологии, определяющий высказывание индивидуума относительно собственных чувств и эмоций, а также его желаний и потребностей, определенных, исходя из его индивидуальных внутренних особенностей, при этом сфокусированный на том, чтобы не задеть своим высказыванием окружающих (не оскорбить и не обвинить их). Я-высказывание всегда начинается с личных местоимений: «я», «мне»,

«меня». Этот термин был введен в психологическую практику американцем Т. Гордоном [22] во второй половине XX века. Появлению его послужила работа Т. Гордона в качестве психотерапевта с родителями маленьких детей и изучения особенностей их самоидентификации в этой роли.

Согласно С.В. Шик, «преимущества Я-высказываний заключаются в следующем:

- снижение внутреннего напряжения, регуляция собственного эмоционального состояния, так как энергия эмоционально-аффективного плана переводится на рациональный, вербально-коммуникативный план;
- передача ответственности за свои действия самому собеседнику, где он сам решает, что ему делать «в свете новой информации»;
- уверенное и доброжелательное поведение вместо агрессивного, а также выражение негативных чувств в необидной для собеседника форме положительно сказывается на дальнейшей коммуникации;
- выражение своих чувств, связывание их с желаниями и прогноз положительных последствий;
- понимание самого себя, своих чувств и того, с какими действиями других людей они связаны;
- грамотное общение и здоровая коммуникация. Говорящий сообщает своему собеседнику о том, что ожидает от взаимодействия с ним и каким желает, чтобы оно было. Таким образом, партнер по общению не вынужден ломать голову догадками;
- открытость и искренность в выражении своих чувств приводит к тому, что и партнеры по общению также становятся искреннее в выражении своих.

Таким образом, Я-высказывания позволяют вернуть родителям самих себя – свои нужды, потребности и переживания – в ситуацию взаимодействия с ребенком» [60, с. 100-101].

При этом нужно понимать, что взаимодействие родителей и детей различается в зависимости от возрастных особенностей детей,

соответственно, в зависимости от возраста школьников различаются также задачи и содержание психолого-педагогического просвещения родителей. Так, современными исследователями [27, 49] выделяются следующие первостепенные задачи психолого-педагогического просвещения родителей, чьи дети находятся на первой ступени школьного обучения:

- повышение уровня информированности родителей младших школьников в области психологии и педагогики;
- стимулирование родителей младших школьников обращаться к квалифицированным специалистам (в частности, к школьному психологу) при появлении у них разного рода вопросов, проблем и дефицитов, связанных с воспитательным процессом.

Полноценное решение выделенных задач возможно посредством реализации определённых функций, которые, на основе нескольких научных источников [53, 56, 69] структурированы и представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 – Основные функции психолого-педагогического просвещения родителей учащихся начальной школы

Важно отметить, что эффективность реализации психолого-педагогического просвещения родителей возможна при учете следующих первостепенных принципов [17, 40]:

1. Организация комфортной атмосферы взаимодействия между родителями и педагогами-психологами.

2. Проявление со стороны педагога-психолога эмпатии по отношению к родителям и детям, стремление его максимально полно и подробно разобраться в той или иной ситуации. Кроме того, педагог-психолог, равно как и родители и дети, должны уважать чувства друг друга, принимать во внимание их мнение, а также нужды, потребности и желания.

3. Принятие во внимание особенностей каждой семьи (ее материального положения, социального статуса, особенностей внутрисемейного взаимодействия, состава семьи и т.д.), а также личностных особенностей каждого ее члена. Дети и родители могут иметь разные взгляды на те или иные вопросы, а также разный характер, темперамент, уровень стрессоустойчивости и ответственности. Соответственно, для эффективной работы необходимо учитывать эти различия и находить к каждому участнику свой, наиболее эффективный для работы с ним подход.

В этой связи целесообразно представит цитату из работы Н.Ш. Валеевой и М.М. Шубович, согласно которым «образовательный заказ разных семей будет иметь свою специфику. С учетом этой специфики и должна выстраиваться система психолого-педагогического просвещения родителей» [14, с. 360].

4. Работа над той или иной проблемой не только с родителями, но и с детьми. Это поможет, во-первых, выяснить причины тех или иных проблем, во-вторых, определить наиболее действенный подход к их решению. Здесь важно понимать, что главный объект просвещения – это ребенок, а задача родителей, как и школы, заключается в том, чтобы организовать для него пребывание в школе максимально комфортным.

5. Использование в работе как коллективных, так и индивидуальных

методов работы с семьей. С одной стороны, индивидуальная работа более направлена. С другой, порой бывает полезно посмотреть на проблему со стороны и, знакомясь с опытом других родителей, корректировать свой. Кроме того, другие участники могут делиться своими знаниями и опытом по тому или иному вопросу воспитания, который в дальнейшем может быть с успехом применен другими участниками.

6. Вариативность и приспособляемость психолого-педагогических программ, возможность трансформировать их, исходя из дефицитов и потребностей младших дошкольников и их родителей. Кроме того, педагог-психолог должен учитывать темп каждого участника: подавать информацию так, чтобы каждый смог усвоить и проработать ее.

7. Четкая последовательность работы, при которой каждый предыдущий этап становится основой для последующего. При этом работа должна вестись от простого к сложному, чтобы у участников не возникало проблемы непонимания и отторжения.

8. Природосообразность. Работа в рамках психолого-педагогического просвещения должна в обязательном порядке учитывать возрастные особенности школьников, обеспечивая тем самым наиболее эффективную поддержку им и их родителям. Здесь важно отметить, что в семьях довольно часто возникают сложности, например, с усвоением школьного материала просто потому, что родители не знают возрастных особенностей ребенка и излишне нагружают его, что приводит к психическим перегрузкам ребенка.

9. Сочетание информационного и творческого начала. В рамках психолого-педагогического просвещения родители могут быть не только получателями определённых знаний, но также их источником: они могут делиться своим родительским опытом, теоретической информацией, интересными источниками педагогической информации с другими участниками программы, тем самым делая ее более разнообразной и интересной.

Психолого-педагогическое просвещение родителей – это процесс,

каждый этап которого является основной для последующего. В общем виде этапы данного процесса представлены на рисунке 3.



Рисунок 3 – Этапы психолого-педагогического просвещения родителей

Психолого-педагогическое просвещение родителей будет более эффективным, если будет реализовано в разнообразных интересных формах. Для этого используется широкий круг как традиционных, так и инновационных форм. В частности, наиболее распространённой традиционной формой психолого-педагогического просвещения родителей являются родительские собрания.

– Среди современных форм педагогами выделяются такие, как [12, 21, 48, 49, 68]:

– «Родительский всеобуч», «Родительский университет», «Родительский лекторий» (направленные на повышение информированности родителей в вопросах воспитания);

– «Семейная гостиная» (имеющая, как правило, развлекательный характер и ориентированная на укрепление детско-родительских отношений и развитие традиционных семейных ценностей);

– «День открытых дверей» (проводимый с целью знакомства родителей с особенностями выстраивания образовательного процесса в школе);

– Родительские семинары, на которых родители являются не только слушателями, но и спикерами, делятся с участниками своими знаниями и опытом. Кроме того, в рамках семинаром могут проигрываться различные

школьные ситуации, осуществляться совместных поиск выхода из конфликтов и разного рода проблем, возникающих в процессе школьного обучения;

– Семейный клуб, действующий как периодические встречи и требующий серьезной подготовки со стороны участников и наличия заинтересованности и желания родителей принимать участие в нем на добровольной основе. Как правило, в рамках клуба решаются разного рода дискуссионные вопросы воспитания и образования. Так, родители в рамках семейного клуба могут проводить профориентационную работу для детей, приглашая их на свои рабочие места. Также могут организовываться различные внеклассные мероприятия (экскурсии, туристические походы, творческие мастер-классы и т.д.).

Данный список, безусловно, не является исчерпывающим. Кроме того, современные технологии позволяют организовывать различные встречи в онлайн-форматах в форме вебинаров, общения в чатах, виртуальных экскурсий и т.д.

В заключение настоящего параграфа следует отметить, что психолого-педагогическое просвещение является действенным инструментом для формирования и развития рефлексивных умений родителей, позволяющее им определить для себя, основываясь на Я-концепции, оптимальную родительскую позицию, и тем самым организовать для своих детей максимально эффективную поддержку во время их перехода на первую ступень школьного обучения.

Выводы по главе I

Таким образом, подводя итог под информацией, представленной в данной главе, имеет смысл отметить следующее.

1. Знания о ребенке и особенностях его воспитания родители получают из разнообразных источников, основными из которых являются:

- детский опыт взаимодействия с собственными родителями;
- религия;
- компетентные специалисты;
- расширенная семья и друзья;
- сам ребенок (посредством наблюдения за его поведением, общения с ним и участия в совместных занятиях).

2. Многие современные исследователи определяют тесную зависимость между атмосферой семьи и детско-родительскими отношениями, выстроенными в ней, и уровнем школьной адаптированности первоклассников и наличием у них различных трудностей.

Среди основных направлений взаимодействия родителей с детьми на первом этапе школьного обучения, помогающих детям быстрее и эффективнее влиться в учебный процесс, современными исследователями выделяются: создание домашней образовательной среды, эмоциональная поддержка и поощрение, совместное участие в учебном процессе, обсуждение важности образования, формирование примера, формирование ответственности, развитие социальных навыков, поощрение независимости, позиционирование учебы как позитивного процесса.

В качестве основных функций родителей как участников образовательного процесса выделяются: функции направления, взаимодействия, соучастия, стимулирования и мотивации, совершенствования. Для того, чтобы родители могли в полной мере реализовать данные функции, они должны обладать высоким уровнем развития рефлексивных умений, проявляющихся в сформированности у них

таких критериев, как: информированность, коммуникативные навыки, умение поддерживать своего ребенка.

3. Психолого-педагогическое просвещение – это процесс информирования родителей об особенностях развития личности ребенка и способах взаимодействия с ним, построенный в контексте жизнедеятельности субъектов взаимодействия в соответствии с ценностями культуры. Таким образом, конечной целью организации психолого-педагогического просвещения родителей является сформированность у них рефлексивных умений, способствующих проявлению оптимальной родительской позиции, характеризующейся адекватностью, динамичностью, прогностичностью, которая формируется на основе Я-высказывания родителей.

Основные функции психолого-педагогического просвещения родителей: просветительская, консультативная, коммуникативная, развивающая, организационно-управленческая.

ГЛАВА II. РАЗРАБОТКА И РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

2.1. Изучение потребностей и проблем родителей в контексте просвещения

Для того, чтобы разработать эффективную и целесообразную программу психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников с целью развития у них рефлексивных умений, необходимо, ориентируясь на Я-высказывания родителей, определить, на каком уровне сформированы у них те или иные критерии развития данных умений, а также испытывают ли они необходимость во взаимодействии со школой посредством участия в программе психолого-педагогического просвещения. Полученные сведения, во-первых, помогут понять, нужна ли вообще психолого-педагогическая программа родителям: испытывают ли они проблемы в воспитании детей и выстраивании взаимоотношений с ними, наблюдают ли у своего ребенка те или иные проблемы, связанные с поступлением в школу, нуждаются ли в помощи классного руководителя, школьного психолога или других сотрудников школы для того, чтобы помочь своему ребенку в решении его школьных проблем. Во-вторых, нужно четко понимать, в каком направлении должна быть организована данная программа и на какие критерии нужно обратить особое внимание в процессе реализации данной программы.

Таким образом, целью констатирующего эксперимента является определение уровня сформированности у родителей младших школьников рефлексивных умений, а также понимание родителями необходимости психолого-педагогического просвещения и выявление их основных просветительских потребностей.

В соответствии с данной целью нами были выявлены следующие задачи:

- определение критериев и показателей сформированности у родителей младших школьников рефлексивных умений, соответствующих уровням их проявления;

- подбор диагностического инструментария для определения актуального уровня сформированности у родителей младших школьников рефлексивных умений и наличия у них потребности в психолого-педагогическом просвещении;

- проведение исследования среди родителей младших школьников;

- обработка результатов – определение количественного и качественного уровня полученных результатов.

В соответствии с данными, полученными в параграфе 1.1 настоящей работы, критериями развития рефлексивных умений родителей являются: информированность, коммуникативные навыки, умение поддерживать ребенка. В свою очередь, показателями развития данных критериев являются:

- для критерия «информированность»: информированность о школьных предметах, изучаемых ребенком, о взаимодействии семьи и школы, об особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи, о личностных особенностях своего ребенка, об источниках получения информации о воспитании;

- для критерия «коммуникативные навыки»: умения бесконфликтно взаимодействовать, слышать и слушать своего ребенка, понимать мотивы детского поведения, конструктивно общаться с ребенком;

- для критерия «умение поддерживать своего ребенка»: умение правильно планировать время ребенка, мотивировать ребенка на саморазвитие, поддержать ребенка, снизить его тревожность.

В таблице 1 представлена оценка уровня развития рефлексивных умений. Во время анкетирования родителям давалась для ознакомления данная таблица, которая помогала им лучше сориентироваться в данных уровнях.

Таблица 1 – Оценка уровня развития рефлексивных умений

Критерий	Уровни				
	Высокий 5	Выше среднего 4	Средний 3	Ниже среднего 2	Низкий 1
Информированность	Родитель обладает исчерпывающими знаниями о школьных предметах, видах взаимодействия семьи и школы, особенностях школьной адаптации, особенностях своего ребенка, источниках знаний о воспитании	Родитель обладает довольно обширными знаниями, однако их нельзя назвать исчерпывающими	Родитель владеет информацией, однако она не является полной и в примерно 50% случаев у него возникают затруднения по тому или иному вопросу	Родитель обладает очень поверхностными знаниями	Родитель абсолютно не владеет теми или иными знаниями о своем ребенке, школьных предметах и т.д.
Коммуникативные навыки	Родитель никогда не повышает голос на ребенка и не доводит до конфликта, всегда находит с ребенком общий язык и понимание	Родитель в большинстве случаев не повышает голос на ребенка и не конфликтует с ним, часто находит с ребенком общий язык и понимание	Родитель не всегда способен не повышать голос на ребенка и не конфликтовать с ним, общий язык также способен найти далеко не всегда	Общение родителя и ребенка достаточно часто сопровождается конфликтом и криками со стороны родителя, непониманием друг друга	Общение родителя и ребенка всегда сопровождается конфликтом и криками, полным непониманием друг друга
Умение поддержать ребенка	Родитель всегда способен найти слова одобрения и похвалы, замотивировать ребенка на какое-то действие, помочь ему справиться со стрессом и тревожностью, правильно спланировать его время, чтобы в нем было место и для работы, и для отдыха	Родитель в большинстве случаев способен найти слова одобрения и похвалы, замотивировать ребенка на какое-то действие, помочь ему справиться со стрессом и тревожностью, правильно спланировать его время	Родитель старается, но не всегда способен найти слова одобрения и похвалы, замотивировать ребенка на какое-то действие, помочь ему справиться со стрессом и тревожностью, правильно спланировать его время	Родитель очень редко способен найти слова одобрения и похвалы, замотивировать ребенка на какое-то действие, помочь ему справиться со стрессом и тревожностью, спланировать его время	Родитель абсолютно не способен найти слова одобрения и похвалы, замотивировать ребенка на какое-то действие, помочь ему справиться со стрессом и тревожностью, спланировать его время

Для определения актуального уровня сформированности у родителей младших школьников трех выделенных критериев рефлексивных умений и наличия у них потребности в психолого-педагогическом сопровождении была разработана диагностическая карта эксперимента, представленная в таблице 2. При определении уровня сформированности выделенных критериев диагностика проводилась следующим образом: родителям предлагалось оценить по пятибалльной шкале, в соответствии с таблицей 1, уровень развития у себя показателей каждого критерия, а также, для объективности, полученных данных, ответить на несколько уточняющих вопросов.

Таблица 2 – Диагностическая карта эксперимента

Критерии	Метод диагностики	Особенности проведения и обработки данных
Информированность	Анкета на определение степени информированности родителей в разных вопросах воспитания (авторская разработка на основе методики Е.Е. Романовой [51]) (Приложение А)	На первые 5 вопросов родители выбирают один из предложенных ответов, на последний вопрос выбирают уровень развития у себя каждого из представленных качеств по пятибалльной шкале, описанной в таблице 1
	Тест «Насколько хорошо Вы знаете своего ребенка» [59] (Приложение Б)	На каждые 17 вопросов родители дают ответы, если знают их. Затем количество ответов суммируется и на их основе делается вывод об уровне знаний родителями своего ребенка
Коммуникативные навыки	Тест «Можете ли вы» (автор – М.В. Мохонько) (Приложение В) [44]	На каждое из 13-ти предложенных утверждений респондент выбирает один из трех вариантов ответов: А - могу и всегда так поступаю - 3 балла. Б - могу, но не всегда так поступаю - 2 балла. В - не могу - 1 балл. Затем баллы суммируются и по ним делается заключение относительно особенностей взаимоотношений между родителем и ребенком
	Оценка показателей, характеризующих	Родители выбирают уровень развития у себя каждого из

	коммуникативные навыки родителей (авторская разработка) (Приложение Г)	представленных качеств по пятибалльной шкале, описанной в таблице 1
Умение поддерживать ребенка	Оценка показателей, характеризующих умение родителей поддерживать своего ребенка (авторская разработка) (Приложение Д)	На первые 2 вопроса родители выбирают один из предложенных ответов, на последний вопрос выбирают уровень развития у себя каждого из представленных качеств по пятибалльной шкале, описанной в таблице 1
Наличие необходимости для родителей психолого-педагогического просвещения, основные просветительские потребности родителей младших школьников	Анкета «Особенности потребностей и проблемы родителей младших школьников» (авторская разработка на основе методики Е.Е. Романовой [51]) (Приложение Е)	Выбор вариантов ответов или (и) представление своего варианта на каждый из 6-ти вопросов. Затем данные по всем анкетам суммируются, сравниваются между собой и по ним делается общее заключение

Всего в исследовании приняло участие 20 родителей учеников первого класса.

Анкетирование проводилось в середине сентября 2024 года (с 09.09 по 13.09), когда первоклассники уже достаточно адаптировались к школьной среде и смогли войти в классный коллектив.

По итогам проведенного исследования были получены следующие выводы.

1. Изучение такого критерия, влияющего на развитие рефлексивных умений родителей, как «информированность», показало, что среди 20-ти опрошенных родителей только 3 человека, т.е. 15% имеют педагогическое образование. При этом следят в различных средствах массовой информации за материалами, посвященными вопросам воспитания и развития детей только 4 человека (20%) (примечательно, что в основном это те родители, которые имеют педагогическое образование).

Среди наиболее востребованных источников в этой области родителями выделены программа на детском радио «Каждый родитель

желает знать», различные специализированные сайты во всемирной сети интернет (Бэби.ру, 7я.ру, letidor.ru), блоги и страницы психологов (в частности, И.Ю. Ковалевой), различные телеграмм-каналы о материнстве и психологии детства.

Специальную литературу на тему воспитания читают только 2 человека (10%) ими были названы книги таких авторов, как Ш.А. Амонашвили, Ш. Ахмадуллина.

В качестве основных знаний, которыми пользуются родители при воспитании ребенка были отмечены:

- жизненный опыт – 20 человек (100%);
- рекомендации психологов – 3 человека (15%);
- передачи по радио и телевидению – 2 человека (10%);
- педагогическая литература – 1 человек (5%) (рисунок 4).

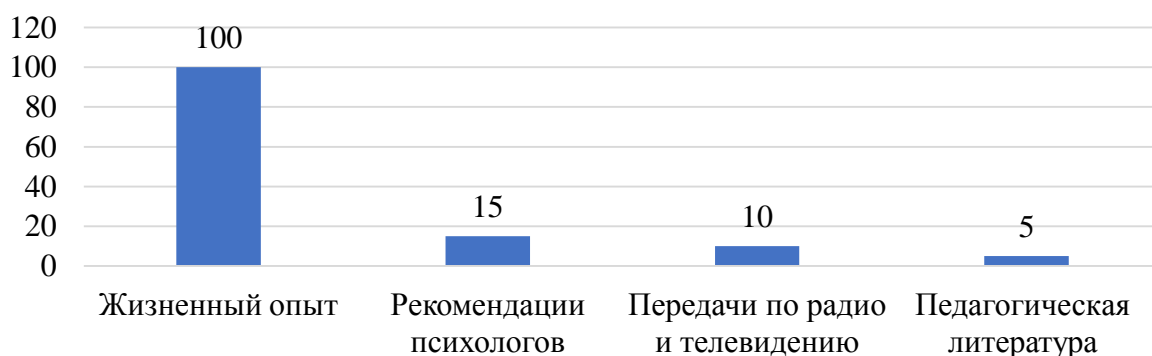


Рисунок 4 – Основные знания, которыми пользуются родители при воспитании ребенка, %

Следует отметить, что при ответе на данный вопрос респонденты могли выбрать любое количество вариантов.

При этом 14 родителей (70%) отметили, что им не всегда хватает знаний и умений для того, чтобы помочь ребенку с решением возникших у него проблем, связанных с началом обучения, а 6 человек (30%) выбрали вариант «не хватает». Таким образом, полученные данные позволяют заключить, что уровень информированности родителей довольно невысок.

Далее в таблице 3 представлены данные о том, на каком уровне по

пятибалльной шкале, представленной в таблице 2, родители оценивают у себя показатели критерия «информированность». В таблице представлена средняя арифметическая оценка по всем родителям, принявшим участие в исследовании, полученная путем сложения оценок, данным каждым респондентом и делением полученной суммы на количество опрошенных (20 человек).

Таблица 3 – Уровни развития у родителей показателей критерия «информированность» (средняя оценка)

Показатели критерия «информированность»	Средняя арифметическая оценка, полученная на основе ответов всех 20 родителей
Информированность о школьных предметах, изучаемых ребенком	3,2
Информированность о взаимодействии семьи и школы	3,3
Информированность об особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи	3,1
Информированность о личностных особенностях своего ребенка	4,3
Информированность об источниках получения информации о воспитании	4,2

Как иллюстрируют данные, представленные в таблице 3, наименее развитыми для родителей являются такие показатели, как: «информированность об особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи», а наиболее развитыми – «информированность о личностных особенностях своего ребенка».

Таким образом, общий средний уровень информированности родителей – 3,62 балла, что чуть выше среднего. Следовательно, можно заключить, что родители нуждаются в повышении своей информированности по различным вопросам, в первую очередь – вопросам, связанным со школой (об организации учебного процесса, взаимодействии семьи и школы, особенностях школьной адаптации). При этом, иллюстрируя довольно высокий уровень информированности об источниках получения информации о воспитании, родители очень ограниченно используют его.

При этом важно отметить, что, несмотря на тот факт, что большинство

родителей оценило информированность о личностных особенностях своего ребенка на уровне выше среднего (а 2 человека – как высокий), проведение теста «Насколько хорошо Вы знаете своего ребенка» показало, что из 20-ти родителей только 5 человек (25%) смогли ответить на 12 и более вопросов и показать тем самым высокий уровень знаний о своем ребенке, 11 человек (55%) иллюстрируют средний уровень знаний о своем ребенке, каждый из них смог дать ответы на от 7 до 11 вопросов, наконец, 4 родителей (20%) показали весьма низкий уровень знаний о своем ребенке. Итоги данного теста представлены на рисунке 5.

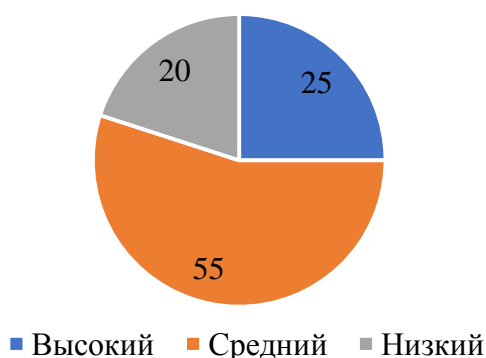


Рисунок 5 – Распределение респондентов по уровням знаний родителями своих детей, %

Таким образом, объективные данные об уровне знаний родителей о свое ребенке намного ниже, чем они сами думают.

2. Изучение такого критерия, влияющего на развитие рефлексивных умений родителей, как «коммуникативные навыки» с помощью теста «Можете ли вы» (автор – М.В. Мохонько), показало, что из 20-ти родителей только 6 человек (30%) демонстрируют высокий уровень развития взаимоотношений между родителями и детьми и придерживаются правильных принципов воспитания; у 10 человек (50%) представлен средний уровень развития взаимоотношений между родителями и детьми, у 4 человек (20%) – низкий уровень, который говорит о том, что у родителей нет педагогических навыков и желания воспитывать ребенка. Итоги данного исследования для большей наглядности представлены на рисунке 6.

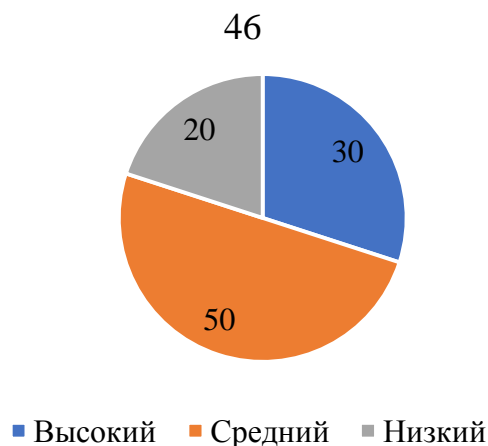


Рисунок 6 – Распределение респондентов по уровням развития взаимоотношений между родителями и детьми с помощью теста «Можете ли вы» (М.В. Мохонько), %

Таким образом, представленные данные показывают, что довольно большой процент родителей не умеет встраивать конструктивные детско-родительские отношения, а половина родителей делает это на недостаточно высоком уровне. Это уже дает нам основания предполагать, что родители нуждаются в помощи со стороны компетентных специалистов для решения данного вопроса.

Далее для более детального определения данной проблемы в таблице 4 представлены данные о том, на каком уровне по пятибалльной шкале, представленной в таблице 2, родители оценивают у себя показатели критерия «коммуникативные навыки». В таблице также представлена средняя арифметическая оценка по всем родителям, рассчитанная по тому же принципу, что и в таблице 3.

Как иллюстрируют полученные данные, все показатели критерия «коммуникативные навыки» представлены довольно низко. Особенно это касается умения бесконфликтно взаимодействовать. Наиболее высокую в сравнении с другими показателями данного критерия имеет умение слышать и слушать своего ребенка – он представлен на среднем уровне.

Таблица 4 – Уровни развития у родителей показателей критерия
«коммуникативные навыки» (средняя оценка)

Показатели критерия «коммуникативные навыки»	Средняя арифметическая оценка, полученная на основе ответов всех 20 родителей
Умение бесконфликтно взаимодействовать	2,5
Умение слышать и слушать своего ребенка	3,1
Умение понимать мотивы детского поведения	2,8
Умение конструктивно общаться с ребенком	2,7

Общая же средняя оценка такого критерия, как «коммуникативные навыки» составила лишь 2,77, что ниже среднего и говорит о наличии у родителей серьезных проблем в выстраивании коммуникации со своими детьми. Следовательно, данному вопросу в психолого-педагогической программе должно быть уделено особое внимание.

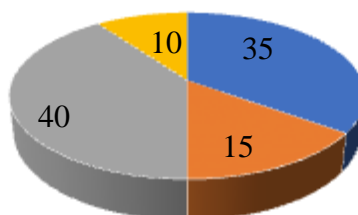
3. Изучение такого критерия, влияющего на развитие рефлексивных умений родителей, как «умение поддерживать ребенка» показало, что из 20-ти родителей, безусловно, считают важным и нужным помочь и поддержать своего ребенка в период поступления в школу 17 родителей (85%), «в некоторых случаях» – 2 родителя (10%) и вариант «нет, он все должен делать сам» – 1 родитель (5%) (рисунок 7).



Рисунок 7 – Распределение ответов родителей на вопрос: «Считаете ли Вы важным и нужным помочь и поддержать своего ребенка в период поступления в школу?», %

При этом 7 респондентов (35%) заметили, что им стало сложнее поддерживать своего ребенка после поступления его в школу, 3 человека (15%) отметили, что стало легче, 8 респондентов (40 %) считают, что все осталось так же, как было и 2 человека (10%) затруднились с ответом (рисунок 8).

Таким образом, для большинства родителей поступление ребенка в школу сказалось на их возможности поддержать своего ребенка.



- Стало сложнее выстраивать взаимоотношения со своим ребенком после поступления его в школу
- Стало легче выстраивать взаимоотношения со своим ребенком после поступления его в школу
- Все осталось так же, как было
- Затруднились с ответом

Рисунок 8 – Распределение ответов родителей на вопрос: «Стало ли для Вас сложнее поддерживать своего ребенка после поступления его в школу?», %

На данном этапе исследования так же, как на предыдущих, родителям было предложено оценить по пятибалльной шкале, представленной в таблице 2, уровни развития показателей критерия «умение поддерживать ребенка». Полученные данные представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Уровни развития у родителей показателей критерия «умение поддерживать ребенка» (средняя оценка)

Показатели критерия «умение поддерживать ребенка»	Средняя арифметическая оценка, полученная на основе ответов всех 20 родителей
Умение правильно планировать время ребенка	3,5
Умение мотивировать ребенка на саморазвитие	3,1
Умение поддержать ребенка	2,9
Умение снизить тревожность ребенка	2,8

Как видно из данных таблицы 5, наименее всего у родителей развиты умения поддержать ребенка и снизить у него тревожность – они представлены на уровне чуть ниже среднего, наиболее всего развиты умения правильно планировать время ребенка – на уровне чуть выше среднего.

Таким образом, общая средняя оценка такого критерия, как «умение поддерживать ребенка» составила 3,1 балл, что выше, чем уровень развития у родителей коммуникативных умений, но тем не менее недостаточно высокий.

Делая общий вывод о критериях, способствующих развитию у родителей рефлексивных умений, следует отметить, что они представлены на недостаточно высоком уровне. И если информированность родители демонстрируют приближенную к повышенному уровню, то умение поддерживать ребенка – на среднем уровне, а коммуникативные навыки – ниже среднего. Для большей наглядности на рисунке 9 представлены общие оценки трех критериев, способствующих развитию у родителей рефлексивных умений.

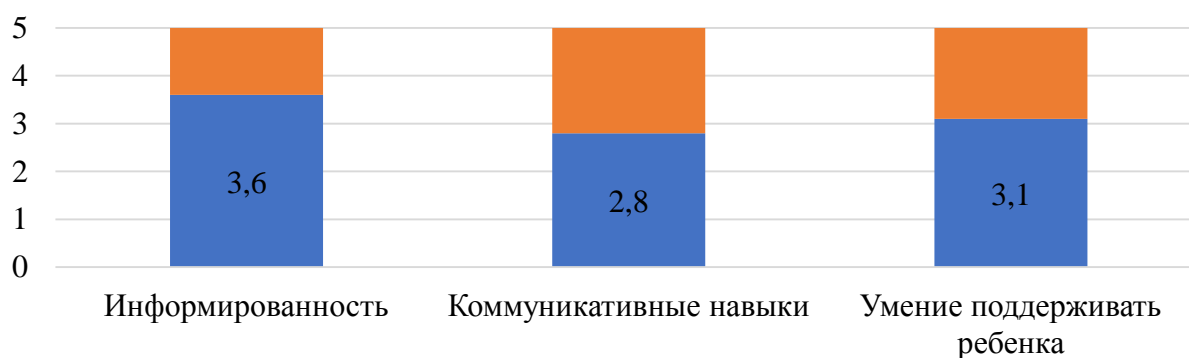


Рисунок 9 – Общие оценки трех критериев, способствующих развитию у родителей рефлексивных умений, балл

Таким образом, на основе полученных эмпирических данных мы имеем основания заключить о необходимости для родителей младших школьников участия в программе психолого-педагогического просвещения как средства формирования у них рефлексивных умений.

Однако наличие проблем еще не означает готовность родителей

принимать участие в программе и понимание ими необходимости в ней. В связи с этим на заключительном этапе данного исследования было проведено еще одно анкетирование родителей, призванное определить необходимость для родителей психолого-педагогического просвещения, и их основные просветительские потребности.

По итогам исследования были получены следующие выводы.

1) На вопрос: «Считаете ли Вы, что родители должны принимать участие в образовательном процессе?» абсолютно все 20 родителей выбрали ответ «да, безусловно», что говорит об их заинтересованности в школьной жизни своего ребенка.

2) Среди основных проблем, которые наблюдает большая часть родителей первоклассников у своих детей, выделяются:

- сложности в выстраивании распорядка дня и распределении времени (эта проблема отмечена 17-ю родителями первоклассников (75 %));

- повышенная тревожность и волнения, связанные с обучением (данная проблема была отмечена 13-ю родителями (65 %));

- проблемы в выстраивании взаимоотношений с новым коллективом (эта проблема отмечена 8-ю родителями (40 %));

- сложности с усвоением материала (эта проблема замечена 5-ю родителями (25%)) (рисунок 10).

Среди других проблем родителями были отмечены отсутствие мотивации к учебе и нежелание делать домашнее задание, отсутствие концентрации внимания, неусидчивость («гиперактивность»), заниженная самооценка.

При этом среди родителей первоклассников ни один родитель не считает, что у его ребенка нет никаких проблем, связанных с поступлением в школу.

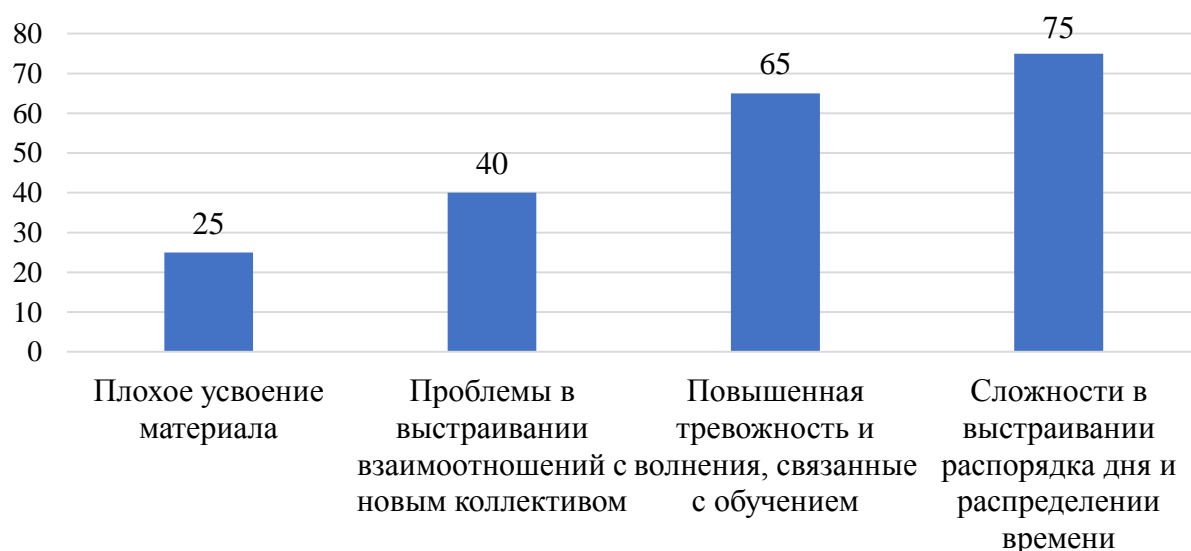


Рисунок 10 – Наиболее актуальные проблемы первоклассников, выделенные их родителями, %

3) Основные причины, мешающие воспитанию детей – это:

- нехватка педагогического опыта (она была отмечена 17-ю респондентами, т.е. 85%);
- собственная неуравновешенность (16 человека или 80%);
- загруженность и отсутствие достаточного времени на воспитание (14 человек или 70%) (примечательно, что хотя данного варианта не было среди предложенных, в той или иной формулировке данную причину обозначила большая часть респондентов);
- несогласованность действий взрослых в семье (4 человека или 20%) (рисунок 11).

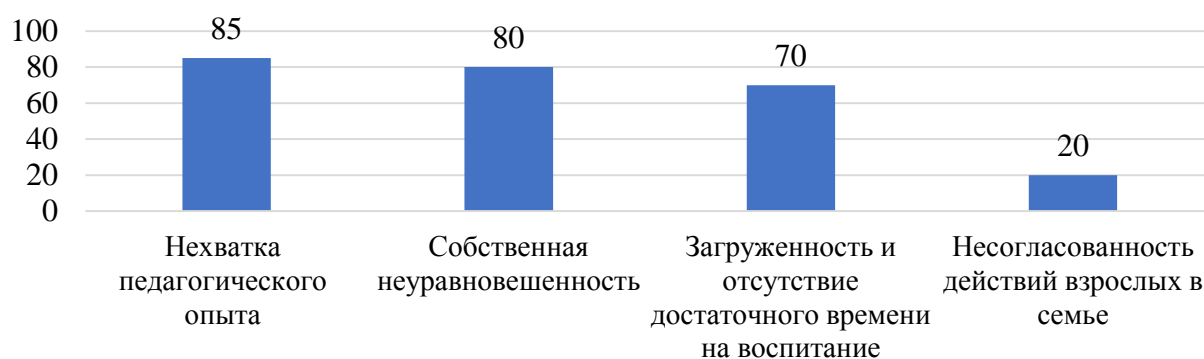


Рисунок 11 – Основные причины, выделенные респондентами как мешающие

Примечательно, что ни один из опрошенных родителей не выбрал ответ «ничего не мешает», что говорит о наличии проблемы воспитания у всех.

4) Из 20-ти родителей 10 человек (50%) отметили, что им крайне необходима помощь классного руководителя, школьного психолога или других сотрудников школы для того, чтобы помочь своему ребенку в решении его школьных проблем и 10 родителей (50%) отметили, что иногда нуждаются в ней.

5) Опрошенные родители отметили, что нуждаются в помощи таких специалистов, как:

- учитель – все 20 человек (100%);
- педагог-психолог – 16 человека (80%);
- дефектолог, учитель-логопед – 9 человек (45%);
- инструктор по физической культуре – 5 человек (25%);
- медицинский работник – 3 человека (15%);
- заместитель директора по учебно-воспитательной или учебно-методической работе (УВР) – 2 человека (10%) (рисунок 12).



Рисунок 12 – Специалисты, в помощи которых нуждаются опрошенные родители младших школьников, %

6) Консультации и рекомендации учителей и специалистов необходимы родителям для:

- формирования навыков эффективного общения с ребёнком – 19 родителей (95%);
- понимания особенностей индивидуального подхода к работе с ребенком, в т.ч. имеющим трудности в обучении – данную потребность отметили 18 родителей (80%);
- формирования навыков в области мотивации ребенка к обучению – 11 родителей (55%);
- развития интеллектуальных способностей ребенка – 10 родителей (50%);
- формирования умений правильно и эффективно выстраивать процесс выполнения домашнего задания – 9 человек (55%);
- получения знаний в области сохранения физического и ментального здоровья детей – 8 человек (40%)
- развития тонкой моторики рук – 5 родителей (25%);
- получения основных знаний по развитию речи ребенка – 2 родителя (10%).

Таким образом, проведенное исследование позволило определить, что родители младших школьников считают необходимым свое участие в школьной жизни. При этом они замечают довольно широкий круг проблем у своих детей, связанных с началом обучения в школе. Однако, им не хватает необходимых знаний и навыков помочь им справиться с этими проблемами. Вследствие чего возникает острая необходимость в помощи по различным вопросам со стороны специалистов школы, в том числе классного руководителя.

Делая общий вывод, можно отметить, что проведенное исследование помогло определить, что родители первоклассников не только не обладают на должном уровне необходимыми критериями для развития рефлексивных умений для воспитания своих детей и оказания им действенной помощи в процессе школьного обучения, но и признают необходимость для себя в помощи и поддержке со стороны школы для решения данных вопросов. Все

это определяет необходимость получения родителями квалифицированной помощи от сотрудников образовательной организации в решении их проблем и целесообразность осуществления их психолого-педагогического просвещения. В связи с этим в следующем параграфе настоящей работы будут представлены описание и апробация программы психолого-педагогического просвещения как средства формирования рефлексивных умений у родителей младших школьников.

2.2. Описание и апробация программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников

В предыдущем параграфе были выделены уровни развития основных критериев рефлексивных умений родителей младших школьников и, как следствие, основные потребности и дефициты, которые они испытывают при воспитании своих детей и которые мешают им оказать им действенную поддержку в настоящий период – период начала школьного обучения. Ориентируясь на полученные данные, была разработана программа психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников – «Клуб родителей успешных первоклассников».

Цель программы – создание условий для формирования и развития основных критериев рефлексивных умений родителей младших школьников, необходимых в период поддержки детей на начальной ступени обучения.

Задачи:

помочь участникам программы:

1) повысить информированность о школьных предметах, изучаемых ребенком, взаимодействии семьи и школы, особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи, личностных особенностях своего ребенка, источниках получения информации о воспитании;

2) развить коммуникативные навыки, в том числе: умения конструктивно общаться с ребенком, бесконфликтно взаимодействовать,

слышать и слушать своего ребенка, понимать мотивы детского поведения;

3) развить умения поддерживать ребенка, в том числе научиться правильно планировать его время, овладеть методиками снижения тревожности у ребенка, мотивации его на саморазвитие.

Программа психолого-педагогического просвещения ориентирована на 3 месяца (с конца сентября до конца декабря) и включает в себя 15 семинаров с элементами тренинга с родителями учеников 1 классов.

Занятия планируется проводить 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия – около 40-60 минут.

Занятия имеют легкую и свободную форму, которая должна помочь участникам в комфортной и непринужденной обстановке получить новые знания и умения и, как следствие, повысить у родителей уровни развития тех критериев, которые необходимы для формирования рефлексивных умений, чтобы в дальнейшем они смогли оказать действенную помощь и поддержку своим детям.

При реализации программы были учтены следующие принципы:

- создание комфортной и доброжелательной атмосферы на занятиях, реализуемых в рамках программы, позволяющей участникам не стесняться и полностью раскрыться (важно донести до каждого из участников понимание того, что цель тех, кто собрался на занятиях – это помочь им стать лучшими родителями для своих детей и выстроить образовательный процесс так, чтобы в дальнейшем, на протяжении последующих 10-ти лет он был и для детей, и для родителей, и для педагогов максимально комфортным и вызывал только положительные эмоции);

- предоставление равной возможности участия абсолютно всем участникам программы (планируется, что каждое из упражнений должен выполнить каждый участник, также каждый может высказать свою точку зрения по тому или иному вопросу, поделиться своим опытом, задать вопрос);

- добровольность участия (родители всех учеников первых классов

информируются о программе и ее мероприятиях, но при этом сами выбирают для себя, насколько, по их мнению, им нужно участие в ней);

– акцент на позитивном фоне (с нашей точки зрения, данная программа будет наиболее результативна только тогда, когда участники будут сами получать удовольствие от процесса и с готовностью выполнять предложенные задания и делиться своим опытом и своим мнением по тому или иному вопросу, с этой целью при разработке каждого занятия мы исходили из того, чтобы они были интересны родителям и вызывали у них позитивные эмоции).

Также к условиям успешной реализации разрабатываемой программы следует отнести:

– наличие комнаты, защищенной от шума, с достаточным освещением, и позволяющей комфортно разместиться в ней всем участникам программы (соответствующей Санитарным правилам и нормам) (для этих целей планируется использовать один из классных кабинетов школы);

– наличие необходимой мебели (стульев по количеству участников, необходимых расходных и канцелярских материалов);

– наличие компетентного ведущего, способного интересно и легко подать информацию и мотивировать участников на выполнение заданий и выражение своего мнения.

Среди ресурсов, необходимых для реализации программы психолого-педагогического развития родителей младших школьников следует отметить:

– человеческие ресурсы. Сюда относится, в первую очередь, наличие ведущего, способного грамотно организовать мероприятия в рамках реализации программы (в качестве данного ведущего будет выступать классный руководитель первоклассников, на родителей которых будет рассчитан тренинг);

– временные ресурсы, т.к. и на подготовку программы, и на ее реализацию требуется довольно много времени (как со стороны ведущего, так и со стороны родителей);

– технические ресурсы (сюда, в частности, можно отнести различные технические средства (компьютер, принтер, различные компьютерные программы (Word)), с помощью которых будет подготовлена программа и осуществлены все мероприятия, запланированные в рамках ее реализации;

– материальные ресурсы – это все то, что позволяет осуществить сам процесс осуществления программы (бумага для заданий, столы и стулья, за которыми и на которых сидят участники, помещение школы и т.д.);

– информационные ресурсы (чтобы подобрать наиболее оптимальные мероприятия в рамках реализации программы, специалист, занимающийся этим вопросом, должен владеть значительным объемом информации (в первую очередь, в психологии, в педагогике, в тайм-менеджменте и т.д.);

– финансовые ресурсы (в частности, включающие в себя затраты на приобретение бумаги и канцелярии для проведения некоторых упражнений программы) могут быть включены, но при определённых условиях они не играют серьезной роли, и при реализации программы вполне возможно обойтись без них.

Занятия проходили в формате семинаров с элементами тренинга.

Каждое занятие включало в себя следующие структурные элементы:

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии, освещение темы занятия и его цели.

2. Разминка. Проведение упражнений-разминок, направленных на то, чтобы создать между участниками доброжелательную атмосферу, раскрепостить, снизить эмоциональное напряжение.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия.

4. Обсуждение и обмен опытом. На этом этапе родители делятся своими знаниями о том вопросе, который является предметом обсуждения на занятии, а также опытом, как они решают те или иные вопросы и насколько они эффективны для них.

5. Упражнения на формирования умений и навыков в рамках темы занятия.

6. Рефлексивный анализ. Обсуждение того, что понравилось и не понравилось на занятии, что было полезным, что было сложным.

Данная структура была характерна для всех занятий, кроме последнего, во время которого, ввиду его специфики как заключительного, не было необходимости в лекции.

Как было отмечено выше, всего программа рассчитана на 15 занятий. Первое занятие – это знакомство родителей между собой и с ведущим, знакомство с программой и ее структурой. Заключительное занятие – это подведение итогов, получение обратной связи по итогам программы от ее участников. Занятия со 2 по 14 посвящены решению задач, выделенных выше.

В Приложении Е представлены конспекты всех 15-ти занятий, разработанные на основе обращения к широкому кругу источников [4, 10, 11, 18, 19, 31, 37, 58].

Для каждого из участников программы была разработана рабочая тетрадь, в которой, во-первых, было представлено краткое резюме по каждой лекции, во-вторых, оставлено место для записей (полезного опыта других родителей), а также место для выполнения упражнений и практических заданий. Таким образом, по итогам занятий у родителей имелся готовый продукт, к которому они при необходимости, могли обращаться, чтобы в дальнейшем восстановить в памяти информацию, полученную на занятиях.

Программа «Клуб родителей успешных первоклассников» была апробирована на базе 1 Б класса муниципального бюджетного образовательного учреждения. «Тюхтетская средняя школа №1». В программных мероприятиях приняло участие 20 родителей. В ходе апробации были проведены все 15 занятий.

Важно отметить, что концепция занятий заключалась не в дидактическом научении родителей, а в том, чтобы организовать для них некую площадку, на которой они смогли бы обменяться опытом, поделиться своими переживаниями и получить обратную связь как от специалиста

(педагога), так и от других родителей. Таким образом, родители выступали не просто пассивными слушателями, но активными участниками.

Так, во время такого элемента занятия, как обмен опытом на занятии «Давайте познакомимся» среди основных трудностей, с которыми сталкиваются родители в период поступления детей в первый класс, ими были отмечены: «нежелание детей учиться», «гиперактивность, сложности усидеть на уроке», «трудности при работе в тетради (не всегда получается писать аккуратно)», «рассеянность (ребенок уже за первый месяц потерял карандаш, сменку и учебник)», «скромность, боязнь отвечать, сказать что-то не так», «сложность вхождения в режим».

Среди методов, которыми родители решают эти трудности, были отмечены: «полное отсутствие гаджетов (если летом ребенок все время проводил с планшетом, то сейчас даже в руки его не берет)», «попытка выстроить распорядок дня с укладыванием в 21.00», «контроль за ребенком (все ли взял, подточен ли карандаши и т.д.)».

На занятии «Школьные предметы и организация домашних заданий» во время обсуждения темы и обмена опытом родители отметили, что ими только частично реализуются принципы выполнения домашнего задания. Наиболее распространёнными принципами являются: «создание удобного рабочего места», «обеспечение необходимыми материалами», «соблюдение пауз». Некоторые родители признались, что выполнение домашних заданий дается им нелегко и часто они выходят из себя, ругаются на ребенка, а потом обвиняют себя в том, что плохие матери (большинство участников программы – матери).

Интересным примерами помощи с домашними заданиями, которые практикуют родители, является использование специальных аромамасел, помогающих ребенку сосредоточиться, массаж ребенка во время пауз при выполнении домашнего задания.

Многие родители отметили, что испытывают затруднения в понимании правильного оформления задач. При выполнении практических упражнений

только девять человек смогли правильно понять правила оформления и выполнить предложенные упражнения без ошибок.

На занятии «Семья и школа: нужно ли сотрудничать?» во время обсуждения видов взаимодействия семьи и школы родителями были предложены:

- организация дней знакомства с профессиями, когда родители – представители определенной профессии, приходили бы в школу и рассказывали о ней детям;
- проведение интеллектуальных и спортивных соревнований «родители против детей»;
- оказание помощи педагогам в поддержании дисциплины (когда родители детей, чаще всего нарушающих дисциплину, присутствовали бы на уроках);
- организация совместных чаепитий детей и родителей в конце четверти;
- организация школьных ярмарок;
- организация разного рода спонсорской помощи (например, закупка оборудования).

Среди пользы от взаимодействия семьи и школы для родителей ими были отмечены:

- возможность быть ближе к своему ребенку и лучше понимать его;
- возможность лучше узнать образовательный процесс и учителей, объективно оценить его.

Для детей:

- возможность чувствовать поддержку родителей;
- возможность разнообразно и весело проводить время в школе;
- чувствовать гордость за своих родителей.

Для школы:

- возможность разнообразить образовательный процесс и школьный досуг;

- улучшить материальное состояние школы;
- возможность снизить нагрузку на учителей, делегировав часть полномочий родителям (например, проводить урок литературы раз в месяц);
- возможность улучшить дисциплину на уроке.

Важно отметить, что в процессе обсуждения взаимодействия семьи и школы одной мамой было предложено организовывать периодические уроки с участием родителей. В частности, она сама, будучи филологом по образованию, вызвалась провести урок литературы.

На занятии «Общение с ребёнком без конфликтов и ссор» (наиболее дискуссионном и наиболее важном для родителей (по высказываниям многих из них (в процессе этого и других занятий многие родители не раз признавались, что не могут справиться с агрессией и злостью в адрес ребенка, особенно когда он что-то не понимает, а потом корят себя за это и испытывают «тяжесть» и «усталость»)) из 19-ти человек 10 отметили, что основная причина конфликтов их с ребенком – это выполнение домашних заданий. Также очень много конфликтов происходит ввиду того, что дети не выполняют просьбу родителей: не слышат никого, много «сидят в телефоне». Примечательно, что 6 родителей отметили, что основная причина их конфликтов с детьми – не в детях, а в них самих: они устают на работе и часто бывают не в настроении. Одна из участниц отметила, что «чем больше она нуждается в тишине и покое, тем более беспокойным является ее ребенок, словно «считывает» ее негатив и проявляет в своем поведении: в истериках и вредности».

Среди наиболее интересных вариантов избегать и сглаживать конфликты были следующие:

- одна участница сказала, что когда ее ребенок что-нибудь сделает (прольет что-то, разобьет кружку или еще что-то, она сразу же вспомнит свое детство, то, как ей за это попадало и как она боялась сделать что-то, что разозлит ее мать, поэтому она не хочет, чтобы ее дети испытывали такие же эмоции и старается не ругать их за разные проступки);

– одна участница сказала, что пытается проговорить с ребенком его эмоции и донести до него свои, говорит о том, что понимает, что ему хотелось бы посмотреть мультик вместо того, чтобы писать в прописях, ей тоже хотелось бы посмотреть сериал, а не работать, но у каждого есть обязанности и ей хочется знать, что она воспитывает ответственного человека, на которого можно положиться;

– одна участница сказала, что если ее что-то сильно злит при взаимодействии с ребёнком, она запирается в своей комнате и слушает несколько минут очень громко музыку в наушниках;

– одна участница отметила, что у них с мужем происходит «смена караула»: когда при выполнении задания с ребенком она начинает «закипать», она зовет мужа, и он сменяет ее, а она идет пить «чай с ромашкой».

Интересные варианты давали родители в процессе выполнения упражнений на формирования умений и навыков в рамках темы занятия. При выполнении упражнения «Зачем и почему?» на занятии «Давайте познакомимся» родителями были даны следующие варианты ответов: «помочь своему ребенку получить удовольствие от учебы», «понять, что я все делаю правильно», «получить опыт от других родителей и поделиться своим (быть может, он тоже для кого-то будет полезен)», «за знаниями», «лучше узнать, что такое современная школа и чего от нее ждать».

При выполнении упражнения «Мудрая мысль» наиболее предпочтительными для родителей были мысли: «Лучший способ сделать детей хорошими – это сделать их счастливыми», «Дети очень часто умнее взрослых и всегда искреннее». Многие родители говорили о том, что замечают, что не «они учат детей, а дети их», «с рождением детей они очень много поняли и много чему научились».

На занятии «Семья и школа: нужно ли сотрудничать?» во время выполнения практических упражнений среди наиболее интересных качеств идеальной школы родителями были названы: «школа, учитывающая

индивидуальные особенности ребенка», «школа, куда ребенок торопится и откуда не хочет возвращаться», «школе, где каждого ребенка ценят и любят», «школа, обучение в которой не требует репетиторов», «школа, ориентированная на знания, а не на сдачу ЕГЭ», «школа, способная распознать талант в каждом ребенке», «школа, где учителя любят детей и то, что делают», «школа, где директор – пример для подражания».

Среди наиболее интересных ответов на вопрос: «Что я могу сделать для идеальной школы?» следует отметить: «воспитать своего ребенка с уважением относиться к окружающим, особенно учителям», «быть осознанным родителем», «самой стать директором», «быть партнером, а не потребителем», «по мере своих сил оказывать школе поддержку», «уметь находить плюсы в том, что есть».

Во время выполнения упражнений на занятии «Общение с ребенком без конфликтов и ссор» среди качеств, которые мешают родителям общаться с ребенком без конфликтов, наиболее часто были отмечены: «усталость», «загруженность на работе», «завышенные требования к ребенку», «непонимание ребенка» (почему он ленится, не хочет все быстро сделать), «не умение иногда найти общий язык с ребенком».

Среди качеств, которые помогают справиться с конфликтами наиболее распространены: «любовь к своему ребенку», «боязнь привить ему комплексы и страхи», «желание создать для ребенка счастливое детство».

При выполнении упражнения «Зато» наиболее интересными вариантами родителей были следующие:

1) Ребенок подрался в школе и родителя вызвали в школу. – Зато я узнала, что мой «сыночка-корзиночка» может постоять за себя, зато пораньше ушла с работы.

2) Ребенок потерял сменку – зато не потерял новый телефон.

3) Ребенок обманул вас и сказал, что хорошо написал контрольную, хотя на самом деле получил плохую оценку – зато проявил бережное отношение к материнским нервам.

4) Ребенок не выполнил домашнее задание – зато создал прекрасную постройку в Майнкрафт (архитектор растет...).

При выполнении упражнения «Как разрешать конфликтные ситуации» на конфликтную ситуацию: родитель просит ребенка сесть за уроки, а тот говорит «сейчас» и продолжает играть в телефон, были предложены следующие варианты:

1) забрать телефон и не возвращать, пока не будут сделаны уроки (самый распространенный вариант);

2) никак не реагировать – это его жизнь, если останется на второй год – его право;

3) объяснить ему, что если он продолжит реагировать на просьбу так, как сейчас, я также буду поступать в дальнейшем с ним;

4) никак не реагировать, а когда ребенок обратится с просьбой – также, как он, делать вид, что не слышишь и занят;

5) накричать;

6) постараться спокойно, но жестко сказать, что больше повторять не буду и надо, наконец, начать заниматься.

Ввиду того, что программа была ориентирована на то, чтобы сформировать у родителей рефлексивные умения, т.е. систему способностей анализировать свои воспитательные действия, понимать сильные и слабые стороны применяемых ими методов воспитания, умения применять и использовать в практической деятельности полученные знания, на заключительном этапе каждого занятия было важно получить от родителей обратную связь относительно того, с пользой ли прошло для них занятие и смогли ли они на нем узнать или понять для себя что-то новое.

Так, главная польза от занятия «Давайте познакомимся» заключалась в том, что родители смогли понять, что им действительно нужна помощь и поддержка в воспитании детей в период их обучения в первом классе. Так, несколько родителей отметили, что если они шли на занятие, в большей степени для того, чтобы познакомиться друг с другом и педагогом, то в его

процессе они поняли, что данная программа очень нужна им. Кроме того, выполнение упражнения «Мудрая мысль» «помогло задуматься о том, что такое дети: казалось бы, все довольно просто, но в то же время сложно».

Рассуждая о том, было ли полезно для родителей занятие и позволило ли им узнать для себя что-то новое, одна из участниц отметила, что, «казалось бы, им была рассказана информация, которую они и так знали. Однако информация эта представлена так, что заставляет задуматься и понять, что ребенок, действительно, испытывает очень серьезные трудности». Одна участница поделилась, что она воспринимала период перехода в школу как «логический процесс, нечто само собой разумеющееся, но только сейчас поняла, как трудно ее ребенку и как он нуждается в ней и всячески ей это показывает (писается по ночам, просится спать с ней, часто капризничает, словно трехлетка, постоянно хочет обняться (чего не было раньше))».

Таким образом, занятие «Давайте познакомимся» позволило родителям понять сложность того периода, в котором в данный момент находится ребенок и задуматься над тем, как помочь ему, а также опередить для себя, насколько подходит им данная программа и может быть им полезна.

Занятие «Школьные предметы и организация домашних заданий» позволило родителям, по их утверждениям, «снова почувствовать себя первоклашками», «почувствовать себя отличниками» (со стороны тех, кто справился с заданиями без ошибок), «получить интересные примеры помощи детям при выполнении домашнего задания (ароматического масла и самомассажа)».

Родители с большим воодушевлением говорили о том, что это занятие было для них очень полезным и важным, т.к. позволило понять, как строится образовательная программа и как нужно правильно оформлять работы. В дальнейшем, по мнению родителей, это поможет им эффективнее контролировать выполнение домашних заданий своего ребенка.

По итогам занятия «Семья и школа: нужно ли сотрудничать?» родители говорили, что открыли для себя много разных способов взаимодействия.

Одна участница отметила, что «даже не думала, что между школой и семьей может быть столько видов взаимодействия, а всегда считала, что все ограничивается лишь родительскими собраниями и вызовами в школу родителем нерадивых учеников». Пользу данного занятия для себя многие родители видели в том, что оно помогло им понять, «что они в состоянии улучшить школу» и «быть ей полезной, а следовательно, полезной и своим детям». Некоторые родители отметили, что после занятия стали воспринимать школу не только с позиции получателей услуг, но также с позиции субъектов, которые могут оказать действенный эффект на то, чтобы сделать процесс обучения и период нахождения детей в школе более комфортными, веселыми и привлекательными.

Занятие «Адаптация к школе и роль родителей в данном процессе» помогло многим участникам увидеть ошибки, которые они совершают во время данного процесса. Так, трое родителей отметили, что их дети, действительно, перегружены разными занятиями и до сегодняшнего занятия они не понимали этого. Одна участница призналась, что не оказывает ребенку должной эмоциональной поддержки и помощи, часто используя фразу: «Я выучилась, мне не нужно помогать тебе с заданием, это твоя обязанность».

Также родители отметили, что смогли лучше понять свою роль в данном процессе, важность поддержки и помощи детям (о чем раньше не задумывались). Некоторые родители сказали, что возьмут на заметку метод проигрывания разных социальных ситуаций.

Кроме того, полученная информация позволила родителям понять, на какой ступени адаптации находится их ребенок и связать его поведение с данным процессом, а не «вредностью», «нежеланием учиться», «ленью».

Занятие «Откуда брать информацию о воспитании?» помогло родителям значительно расширить количество полезных источников о воспитании. Кроме того, если на начальном этапе занятия, во время этапа обсуждения и обмена опытом, часть родителей отмечала, что им достаточно

в процессе воспитания руководствоваться своим жизненным опытом, то уже к его концу они изменили свое мнение, признавая, что «для того, чтобы быть хорошим родителям, тоже нужно учиться и пополнять свои знания». Особенно большой интерес для родителей вызвала книга Ш. Амонашвили «Основы гуманной педагогики. Улыбка моя, где ты?». Многим родителям откликнулась данная позиция на воспитание. В настоящий момент эта книга читается уже третьей семьей из класса.

Важно отметить, что по итогам программы в группе класса в мессенджере Телеграм была создана вкладка «Педагогическая копилка», в которой родители делятся между собой интересными материалами о воспитании, ссылками на статьи, названиям книг или самими электронными изданиями книг. В настоящий момент в данной вкладке имеется около 30-ти различных книг и статей.

Занятие «Давайте узнаем своего ребенка. Какой Ваш ребенок?» помогло родителям понять, что, в сущности, несмотря на то, что они живут со своим ребёнком под одной крышей, они довольно мало знают о нем: его интересах, желаниях, мнении по тому или иному поводу.

Получив вопросы для лучшего понимания своего ребенка, родители в дальнейшем (на следующей встрече) отмечали, что воспользовались предложенным списком, и для многих их дети открылись совсем с другой стороны. Так, например, одна участница поделилась своим откровением о том, что ее ребенок (всегда активный и дружелюбный) боится, что с ним никто не будет дружить и ему придется пережить то же, что и Лене Бессольцевой (ребенок знаком с фильмом «Чучело»). Другая участница узнала, что ребенок ее больше всего боится того, что мама, когда сердится, «перестает с ним разговаривать и вообще замечать его; ему кажется, что лучше было бы, если бы она его ударила или поставила в угол». Еще одна участница отметила, что на вопрос: «где тебе хорошо?» ее ребенок ответил, что у бабушки (при том, то бабушка не проявляет к внуку особой любви и редко берет к себе в гости), потому что там он не должен постоянно

выполнять какие-то задания, куда-то спешить, а просто может заняться тем, что ему нравится.

Таким образом, данное занятие помогло родителям не только лучше понять своего ребенка, но также понять и то, что они делают не так в выстраивании взаимоотношений с ним и организации образовательного процесса, что представляется чрезвычайно важным для формирования рефлексивных умений.

Пониманию своего ребенка способствовало также упражнение «Родитель и ребенок». Многие родители испытывали явный дискомфорт при примерке на себя роли ребенка в разных негативных ситуациях и говорили о том, что в дальнейшем постараются лучше контролировать свои эмоции.

Занятие «Эффективно ли наше общение с ребенком?» помогло каждому родителю из тех, что присутствовали на нем, выявить в своем общении с ребенком различные ошибки (примечательно, что не было ни одного родителя, кто отметил бы, что у него нет ошибок при взаимодействии с детьми). Наиболее распространенные из них – это не восприятие всерьёз своего ребенка, а также общение через запугивание.

Кроме того, данное занятие помогло родителям лучше понять всю важность общения с ребенком и выделить для себя наиболее интересные приемы эффективного общения, реализуемые другими участниками, например, многие родители отметили, что возьмут за практику задавать своим детям после уроков вопрос: «Какие пять хороших вещей сегодня случились в школе?» (опыт одной из участниц), спрашивать совета у детей по тем или иным вопросам, демонстрируя заинтересованность в их ответах, просить высказать словами свои чувства и эмоции, описывать их так, как могут.

Во время занятия также весьма полезным было для родителей определить требования и запреты по отношению к ребенку. В частности, одна участница сказала, что иногда позволяет своему ребенку капризничать и просто быть в плохом настроении (даже без видимой на то причины), потому

что позволяет это себе («почему же тогда, если я могу быть не в ресурсе и плохом настроении, ребенок всегда должен быть в хорошем?»). Ее практику с энтузиазмом поддерживали и другие родители.

По итогам занятия «Общение с ребенком без конфликтов и ссор» многие родители отметили, что возьмут для себя на вооружение упражнение «Зато»: «оно вроде простое, но позволяет совсем по-новому взглянуть на любую, даже самую грустную и негативную ситуацию и найти в ней позитив».

Также в ходе занятия некоторые родители, как они отметили, смогли впервые задуматься над тем, что мешает, а что помогает им общаться с ребенком без конфликтов, и понять, что проблема не в ребенке, а в них самих. И что им нужно учиться сдерживать себя и всегда помнить, что любая ситуация становится конфликтной только тогда, когда мы ее таковой делаем.

Для многих открытием было наличие правил для бесконфликтного общения. Большинство родителей призналось, что часто нарушает данные правила. Но постараются следовать им и периодически перечитывать.

Обращение к теме о том, насколько родители знают мотивы своих детей и понимают их на занятии «Знаем ли мы мотивы своих детей?» показало, что абсолютному большинству родителей поступки их детей кажутся иррациональными и иногда выводят из себя (например, одна участница рассказала, что ее ребенок просто смыл под водой бомбочку для ванны, которую ему подарили, и это ее очень обескуражило и даже разозлило, между тем, ребенок сделал это, как выяснилось, чтобы посмотреть на игрушку, которая была спрятана в бомбочке: игрушка была для него важнее, чем сама бомбочка). Примечательно, что при выполнении упражнения «Что выберет ваш ребенок?» из 17-ти родителей, что присутствовали на занятии, только 9 человек смогли правильно угадать мотивы своего ребенка (позже дома они спросили их у детей и поделились ответами на следующей встрече).

Таким образом, данное занятие помогло родителям осознать, что их

мотивы отличаются от мотивов их детей и подобрать для себя интересные методы развития мотивации детей (в том числе предложенные другими родителями) (например, давать маленькие поощрения за работу: одну конфетку «M&Ms» за каждую красиво написанную букву и цифру в прописи, позволять ребенку самому решать, чем он хочет заниматься (например, по рассказу одной из участниц, ее ребенок начал ходить в музыкальную школу на гитару, но в процессе обучения на одном из мастер-классов попробовал поиграть на трубе и загорелся этим инструментом, в результате родители приняли решение перевести ребенка на трубу и заметили, что его успехи в музыке значительно улучшились)).

По итогам занятия «Мы разговариваем, но слышим ли мы?» значительная часть родителей (5 человек) честно призналась, что они не слышат своего ребенка, не воспринимают его всерьез. Также большая часть родителей не владеет навыками, формирующими умение слушать и слышать ребенка (часто прерывают ребенка, не поддерживают беседу, не поддерживают визуальный контакт). При этом родители приводили довольно много примеров того, как умение слышать ребенка и воспринимать его принесло свои положительные плоды (кто-то благодаря ребенку нашел на улице деньги, кто-то помог застрявшему животному, кто-то смог вовремя обратить внимание на самочувствие ребенка).

По признанию участников в конце занятия, во время его проведения они убедились, как важно слышать и слушать своего ребенка (в первую очередь для того, чтобы создать с ним доверительный контакт). Кроме того, они смогли понять, что причины не уделения с их стороны внимания данному процессу – это их загруженность и погружение в собственные проблемы.

По итогам проведения занятия «Помогаем детям получать удовольствие от школы» многие родители поняли, что именно с их подачи у ребенка формируется отсутствие интереса к школе: они загружают детей разными секциями и дополнительными занятиями, проявляют слишком

большую привязанность к ребенку или повышенную тревожность, которую не могут скрыть, не ограничивают детей в гаджетах. Также данное занятие позволило родителям задуматься, что в школе им самим нравилось больше всего и понимают ли они, для чего их ребенку нужно учиться в школе. Многие родители отметили, что будут показывать ребенку собственный пример в тех или иных действиях (например, уделять время вечером для чтения книг).

Во время занятия «Учимся планировать свое время и помогаем в этом ребенку» родители отметили для себя множество интересных лайфхаков, а также получили, по выражению многих, важную и полезную информацию относительно принципов выстраивания распорядка дня (например, принцип двух минут). Также они смогли понять, какие их качества мешают и помогают им в выстраивании распорядка для себя и своих детей.

При проведении занятия «Учимся поддерживать своего ребенка и формировать у него уверенность в себе» родители смогли идентифицировать свое взаимодействие с детьми в соответствии с тем, является ли оно поддерживающим или нет (и большинство родителей отметило, что не всегда), а также познакомились с рекомендациями о том, как стать поддерживающим родителем. В частности, многим родителям откликнулась рекомендация одного из участников хвалить ребенка не за конкретные действия, а точно (например, не за то, какой рисунок он нарисовал, а за то, как расположил композицию, как выбрал цвет, как передал особенности объекта и т.д.); а также рекомендация определять каждый день какое-то достижение ребенка (например, сегодня впервые сам завязал шнурки, дошел от школы до дома, сам собрал портфель и т.д.)

Кроме того, данное занятие помогло родителям задуматься над тем, какие качества своего ребенка они считают важными и позволят повысить его самооценку.

Во время занятия «Как помочь детям снизить тревожность?» родители смогли лучше осознать, какие факторы влияют на уровень стресса и

тревожности их детей и понять, что то, что является для них нормой и обыденностью, может вызывать стресс у ребенка. Также родители познакомились с техниками снижения стресса (дыхательными практиками, упражнениями «Лимон», «Страхни», «Вулкан», «Нарисуй свою злобу», «Приятное воспоминание», «Использование роли», «Репетиция у доски») и отметили их интересными и полезными для себя и ребенка и сказали, что будут практиковать их.

Многие родители отметили, что планируют впредь больше внимания уделять эмоциональному состоянию своих детей и их причинам.

Наконец, во время заключительного занятия «Чему мы научились?» родители дали следующую оценку программе:

- с позиции разума программа дала большой объем знаний и практических упражнений для того, чтобы создать с ребенком гармоничные отношения и вместе преодолеть адаптацию к школе. Кроме того, программа позволила родителям поставить себя на место детей и понять многие мотивы их поведения. Также программа помогла понять, что для того, чтобы быть хорошим родителем, недостаточно просто любить ребенка – нужно очень много знать и уметь;

- с позиции эмоций и чувств программа позволила отдохнуть душой, провести время в приятной компании, вдоволь посмеяться и поплакать. Самыми яркими в эмоциональном плане для родителей были упражнения «Танец сидя», «Зато», «Мудрая мысль», «Вопросы для лучшего понимания своего ребенка»;

- отрицательная обратная связь заключалась в том, что программа закончилась, а также в том, что участие в программе было для многих родителей серьезной работой над собой, а не развлечением, многим пришлось признать, что не такие уж они и хорошие родители;

- положительная обратная связь связана с большим объемом полученных знаний, которые позволили многим родителям уже на данном этапе выстроить процесс взаимодействия со своими детьми более

эффективным.

На заключительном занятии от родителей были получены положительные отзывы как в письменной, так и в устной форме. В частности, родители писали и говорили о том, что после посещения занятий они сами стали получать больше удовольствие от общения со своими детьми, стали лучше понимать своих детей, им стало проще мотивировать их на разные действия. Кроме того, они заметили, что дети стали с ними более открытыми и общительными, а также стали с большим удовольствием посещать школу и готовить домашние задания.

Также родители говорили о том, что давно не испытывали таких положительных эмоций. Многие были откровенно огорчены тем, что занятия программы закончились и выразили готовность посещать другие занятия. В Приложении Ж представлено несколько отзывов, полученных от родителей по итогам программы.

На каждом занятии присутствовало от 15 до 20 человек. Как правило, мамы (во все время реализации программы на занятиях присоветовало всего всего двое пап). Примечательно, что если на самом первом занятии присутствовало 15 человек, то уже на втором – 18. При этом трое пришли потому, что другие родители поделились своими впечатлениями о программе и рассказали о ней.

Большинство родителей за очень редким исключением, были настроены позитивно и с вниманием относились к занятиям, полностью соблюдая озвученные правила и не отвлекались на сотовые телефоны. На первом занятии два человека сначала немного стеснялись, однако ко концу занятия уже активно работали.

Лекции слушали с вниманием, задавали вопросы, приводили свои примеры.

В рамках следующего параграфа будет эмпирически определено, насколько эффективными были разработанные и апробированные мероприятия разработанной программы психолого-педагогического

просвещения родителей младших школьников.

2.3. Результаты реализации программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников

С целью определения результативности программы психолого-педагогического просвещения как средства формирования рефлексивных умений родителей младших школьников с теми 20-ю родителями, что приняли участие в программе, было проведено исследование с использованием тех же первых трех методик, что и на контрольном этапе, с той разницей, что некоторые вопросы анкет (например, «Имеете ли Вы педагогическое образование?», «Считаете ли Вы важным и нужным помочь и поддержать своего ребенка в период поступления в школу?») на данном этапе были опущены, а вместо вопроса: «Стало ли для Вас сложнее поддерживать своего ребенка после поступления его в школу?» был задан вопрос: «Стало ли для Вас сложнее поддерживать своего ребенка после участия в программе психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников?».

1. Изучение на контрольном этапе такого критерия, влияющего на развитие рефлексивных умений родителей, как «информированность», показало, что если на контрольном этапе родители назвали всего пять источников массовой информации, посвященных воспитанию, за которыми они следят, то после программы список их значительно расширился (в частности, родители смогли назвать такие телевизионные передачи о воспитании на онлайн-платформах: «Другая школа», «Наши дети», программы на радио: «Я ж мать», «Когда папа был маленьким», «Домашняя академия», «Детский вопрос», журналы: «Семья и школа», «Счастливые родители», «Мой кроха и я», «Растем вместе», интернет-сайт «Мел», различные каналы в социальных сетях и мессенджерах, в том числе в Телеграм: «Мама – не радио», «Только детские книги читать», «Игры с детьми», «Идеи простых детских поделок», «Вашу мать!», «Молодой папа»,

«Moms are all right», «Со мной все в порядке!», форумы: «Momshare», «Про мамское» и другие).

При этом если на констатирующем этапе следили в различных средствах массовой информации за материалами, посвященными вопросам воспитания и развития детей только 4 человека (20%), то на контрольном уже все 20 родителей (100%) отмечали, что смогли найти для себя интересный контент, посвященный воспитанию.

Также если на констатирующем этапе специальную литературу на тему воспитания читали только 2 человека (10%) ими были названы книги таких авторов, как Ш.А. Амонашвили, Ш. Ахмадуллина, то на контрольном этапе ее стали читать уже 17 человек (85%), называя таких авторов, как: М. Монтессори, Я. Корчак, Л.С. Выготского, Д.В. Винникотта, Ф. Дольто, Ю. Гиппенрейтер, Ж. Ледлофф, Л. Петрановскую, А. Нилла, Д. Хаввнер и т.д.

Помимо жизненного опыта, который до реализации программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников был основным знанием, которым пользовались родители при воспитании ребенка, на контрольном этапе уже 12 человек (60%) отметили такой источник, как «педагогическая литература», 15 человек (75%) – информация из различных средств массовой информации, 20 человек (100%) – информация, полученная в ходе участия в программе.

Если на констатирующем этапе 6 человек (30%) отметили, что им не хватает знаний и умений для того, чтобы помочь ребенку с решением возникших у него проблем, связанных с началом обучения, а 14 родителей (70%) выбрали ответ «не всегда», то на контрольном этапе все 20 человек (100%) выбрали ответ «не всегда». Здесь следует отметить, что никто из респондентов не отметил, что им абсолютно не хватает знаний, но также никто и не выбрал вариант «абсолютно хватает». Причина видится нам в том, что родители довольно критично и высоко оценивают свои знания и стремятся к их развитию, что может расцениваться больше положительно,

чем отрицательно.

Таким образом, полученные данные позволяют сделать вывод о повышении уровня сформированности у родителей такого критерия, как «информированность».

Также на данном этапе родителям предлагалось оценить по пятибалльной шкале уровни развития у них показателей критерия «информированность». В таблице 6 представлены уровни развития у родителей показателей критерия «информированность» (средняя оценка) до и после участия в программе.

Таблица 6 – Уровни развития у родителей показателей критерия «информированность» (средняя оценка) до и после участия в программе

Показатели критерия «информированность»	До участия в программе	После участия в программе
Информированность о школьных предметах, изучаемых ребенком	3,2	4,5
Информированность о взаимодействии семьи и школы	3,3	4,7
Информированность об особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи	3,1	4,3
Информированность о личностных особенностях своего ребенка	4,3	4,6
Информированность об источниках получения информации о воспитании	4,2	4,8

Как иллюстрируют представленные данные, все показатели критерия «информированность» имеют серьезную динамику. Наиболее всего она заметна по таким показателям, как «информированность о школьных предметах, изучаемых ребенком», «информированность о взаимодействии семьи и школы», «информированность об особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи». Это вполне логично, т.к. именно на эти элементы делался упор во время программы (им посвящены занятия №№2-4 в программе). И если на констатирующем этапе общий средний уровень информированности родителей – 3,62 балла, то на контрольном уже – 4,58, что значительно выше среднего и приближено к высокому уровню.

Кроме того, итоги тестирования «Насколько хорошо Вы знаете своего

ребенка», проведенного после реализации программы, показали, что из 20-ти родителей уже 8 человек (40%) смогли показать высокий уровень знаний о своем ребенке (на констатирующем этапе – только 5 человек или 25%), 12 человек (60%) иллюстрируют средний уровень знаний о своем ребенке (на констатирующем этапе – 11 человек или 55%). При этом на данном этапе не было ни одного родителя, кто демонстрировал бы низкий уровень знаний о своем ребенке (на констатирующем этапе – 4 родителей (20%). При этом следует отметить, что в среднем, количество вопросов, на которые смогли дать ответы родители, увеличилось. Если на констатирующем этапе родители в среднем давали ответы на 9 вопросов, то на контрольном – на 13.

На рисунке 13 представлены сравнительные данные уровней знаний родителями своих детей до и после реализации программы.

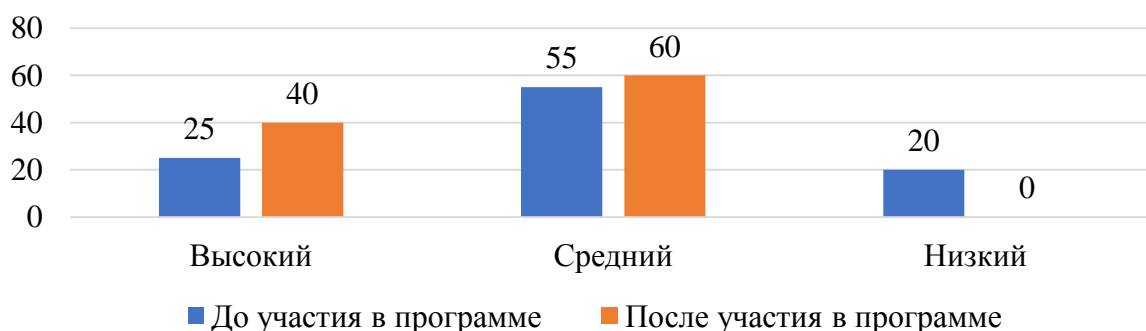


Рисунок 13 – Сравнительные данные уровней знаний родителями своих детей до и после реализации программы, %

Таким образом, знания родителями своих детей также значительно повысились, что коррелирует с вышеописанными итогами относительно определения изменения уровня информированности родителей после программы.

2. Изучение на контрольном этапе такого критерия, влияющего на развитие рефлексивных умений родителей, как «коммуникативные навыки» с помощью теста «Можете ли вы» (автор – М.В. Мохонько), показало, что из 20-ти родителей уже 15 человек (75%) демонстрируют высокий уровень развития взаимоотношений между родителями и детьми (на констатирующем

этапе его демонстрировали лишь 6 человек или 30%); у 5 человек (25%) представлен средний уровень развития взаимоотношений между родителями и детьми (на констатирующем этапе у 10 человек или 50%), низкий уровень развития взаимоотношений между детьми и родителями не отмечен ни у кого (на констатирующем этапе – у 4 человек или 20%). На рисунке 14 представлены сравнительные данные уровней развития взаимоотношений между родителями и детьми до и после реализации программы.

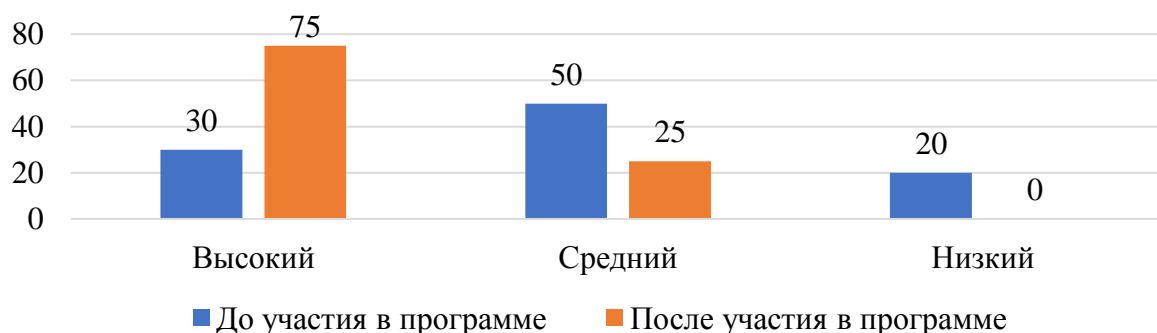


Рисунок 14 – Сравнительные данные уровней развития взаимоотношений между родителями и детьми с помощью теста «Можете ли вы» (М.В. Мохонько) до и после реализации программы, %

Таким образом, представленные данные демонстрируют значительное увеличение доли родителей, которым удалось сформировать тесные отношения со своими детьми.

Далее в таблице 7 представлены уровни развития у родителей показателей критерия «коммуникативные навыки» (средняя оценка) до и после участия в программе.

Таблица 7 – Уровни развития у родителей показателей критерия «коммуникативные навыки» (средняя оценка) до и после участия в программе

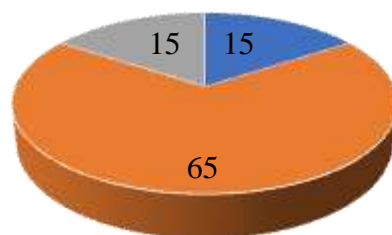
Показатели критерия «коммуникативные навыки»	До участия в программе	После участия в программе
Умение бесконфликтно взаимодействовать	2,5	3,7
Умение слышать и слушать своего ребенка	3,1	3,9
Умение понимать мотивы детского поведения	2,8	3,7
Умение конструктивно общаться с ребенком	2,7	3,5

Показатели критерия «коммуникативные навыки» на контрольном этапе также, как и показатели критерия «информированность» демонстрируют значительную динамику. В наибольшей степени она заметна на развитии такого показателя, как «умение бесконфликтно взаимодействовать». Здесь следует отметить, что именно эта тема, освещенная на занятии №8, была отмечена как наиболее эмоционально насыщенная и одна из наиболее значимых для родителей.

Таким образом, если на констатирующем этапе общая средняя оценка такого критерия, как «коммуникативные навыки» составила лишь 2,77, то на контрольном – 3,7, что несколько выше среднего. Безусловно, родители показали серьезную динамику в формировании своих коммуникативных навыков, однако им еще есть куда расти в данном направлении. И данная тенденция вполне логична, т.к. для того, чтобы развить у родителей коммуникативные навыки до высокого уровня, нужно значительно больше времени для работы над данной проблемой.

3. Изучение на контрольном этапе такого критерия как «умение поддерживать ребенка» показало, что при ответе на вопрос: «Стало ли для Вас сложнее поддерживать своего ребенка после участия в программе психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников?» ответы респондентов распределились следующим образом.

- нет, все осталось как было – отметили 4 родителей (20%);
- стало легче – 13 родителей (65%);
- затруднились ответить – 3 родителей (15%) (рисунок 15).



- Нет, все осталось как было ■ Стало легче
- Затруднились ответить

Рисунок 15 – Распределение ответов родителей на вопрос: «Стало ли для Вас сложнее поддерживать своего ребенка после участия в программе?»,
%

Таким образом, абсолютное большинство родителей отметили, что участие в программе помогло им в поддержке своего ребенка, что, безусловно, расценивается как положительный момент.

В таблице 8 также представлены уровни развития у родителей показателей критерия «умение поддерживать ребенка» (средняя оценка) до и после участия в программе.

Таблица 8 – Уровни развития у родителей показателей критерия «умение поддерживать ребенка» (средняя оценка) до и после участия в программе

Показатели критерия «умение поддерживать ребенка»	До участия в программе	После участия в программе
Умение правильно планировать время ребенка	3,5	4,2
Умение мотивировать ребенка на саморазвитие	3,1	3,9
Умение поддержать ребенка	2,9	3,4
Умение снизить тревожность ребенка	2,8	4,1

Как видно из данных таблицы 8, наибольшую динамику в развитии показателей критерия «умение поддерживать ребенка» демонстрирует «умение снизить тревожность ребенка», наименьшую – «умение поддержать ребенка».

Общая средняя оценка такого критерия, как «умение поддерживать ребенка» составила на контрольном этапе 3,9 балла, т.е. демонстрирует уровень почти выше среднего, в то время как на констатирующем она составила 3,1 балл.

Таким образом, данные, полученные на контрольном этапе, позволяют заключить, что в процессе участия родителей в программе психолого-педагогического просвещения они смогли значительно повысить уровни всех трех критериев, влияющих на развитие их рефлексивных умений. На рисунке 16 для большей наглядности показана динамика изменений оценок трех критериев, способствующих развитию у родителей рефлексивных умений на

контрольном этапе по сравнению с констатирующим.

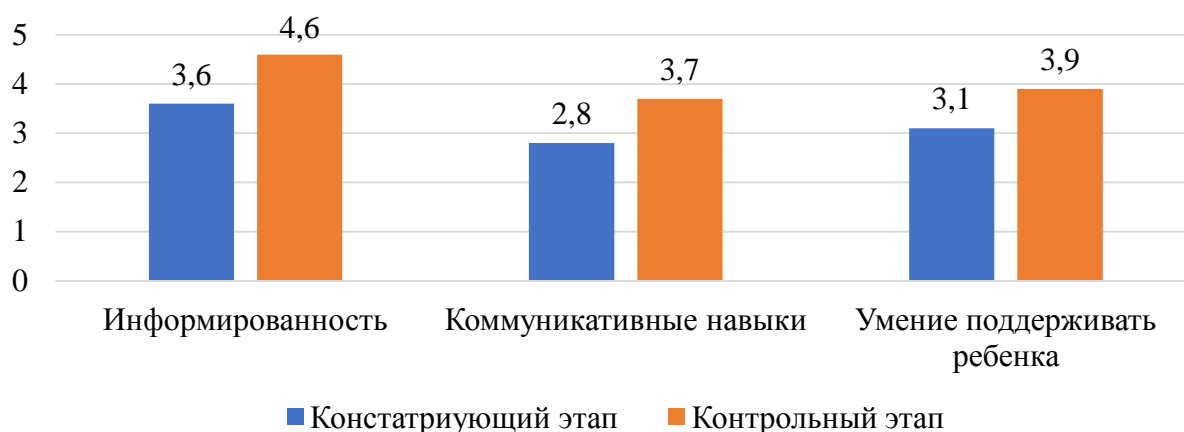


Рисунок 16 – Динамика изменений оценок трех критериев, способствующих развитию у родителей рефлексивных умений на контрольном этапе по сравнению с констатирующим, балл

Делая общий вывод относительно результативности программы психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников, следует отметить, что, благодаря участию в программе, родители смогли повысить уровень своей информированности по разным вопросам, связанным с воспитанием детей и выстраиванием взаимодействия семьи и школы, лучше понять своих детей и выстроить с ними более тесные и теплые отношения и научиться разнообразным методам поддержки. Все это, в свою очередь, способствовало снижению детских проблем, связанных обучением и в целом сделало их пребывание в школе более комфортным.

Очень важно также отметить, что участие родителей в программе оказало положительное влияние на образовательный процесс. В частности, уже после первых занятий было замечено, что первоклассники в целом стали более организованы на уроке, снизилось количество детей, кто первый месяц периодически забывал те или иные школьные принадлежности, оформление работ в тетрадях стало более аккуратным. Также улучшилась дисциплина на уроке. Между собой дети стали более дружелюбными, в их взаимоотношениях появились общие игры.

Также важно отметить, что образовательный процесс расширился

участием в нем родителей. Так, одной из введенных по итогам программы практик стала практика «Читающая мама». Она заключалась в том, что на занятие по литературе приходила одна из мам и читала детям произведения программы, а затем вместе с детьми участвовала в их обсуждении. Также на уроки по окружающему миру родители помогали детям с подготовкой проектов и защитой их на уроке.

Таким образом, полученные данные позволили заключить, что гипотеза, выдвинутая в работе, полностью доказана.

Выводы по главе II

Проведенная в рамках настоящей главы практическая работа позволила прийти к следующим выводам.

1. Анализ критериев, способствующих формированию у родителей младших школьников рефлексивных умений, показал не достаточный уровень развития каждого из них. И если информированность родители демонстрируют приближенную к повышенному уровню, то умение поддерживать ребенка – на среднем уровне, а коммуникативные навыки – ниже среднего. Таким образом, мы имеем основания предположить о необходимости для родителей младших школьников участия в программе психолого-педагогического просвещения как средства формирования у них рефлексивных умений.

Кроме того, проведенное исследование позволило определить, что родители младших школьников считают необходимым свое участие в школьной жизни. При этом они отмечают довольно широкий круг проблем у своих детей, связанных с началом обучения в школе. Однако, им не хватает знаний и навыков, чтобы помочь своим первоклассникам справиться с этими проблемами. Вследствие чего возникает острая необходимость в помощи по различным вопросам со стороны специалистов школы, в том числе классного руководителя.

2. На основе полученных результатов была разработана программа психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников «Клуб родителей успешных первоклассников», направленная на создание условий для формирования и развития основных критериев рефлексивных умений родителей младших школьников, необходимых в период поддержки детей на начальной ступени обучения, и включающая в себя 15 встреч родителей первоклассников и классного руководителя в течение трех месяцев, представленных в форме семинаров с элементами тренинга.

3. Реализация программы показала значительные положительные результаты: благодаря участию в программе, родители смогли повысить уровень своей информированности по разным вопросам, связанным с воспитанием детей и выстраиванием взаимодействия семьи и школы, лучше понять своих детей и выстроить с ними более тесные и теплые отношения и научиться разнообразным методам поддержки. Все это, в свою очередь, способствовало снижению детских проблем, связанных обучением и в целом сделало их пребывание в школе более комфортным.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе настоящего исследования были решены все, поставленные во введении задачи. В качестве основных выводов целесообразно отметить следующее.

Знания о ребенке и особенностях его воспитания родители получают из разнообразных источников, основными из которых являются:

- детский опыт взаимодействия с собственными родителями;
- религия;
- компетентные специалисты;
- расширенная семья и друзья;
- сам ребенок (посредством наблюдения за его поведением, общения с ним и участия в совместных занятиях).

Для того, чтобы родители могли в полной мере помочь своим детям адаптироваться к новой образовательной среде, они должны обладать достаточно высоки уровнем развития рефлексивных умений, проявляющимися в высоком уровне сформированности таких критериев, как: информированность (о школьных предметах, изучаемых ребенком, о существующих видах взаимодействия семьи и школы, об особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи, о личностных особенностях своего ребенка, об источниках получения информации о воспитании), коммуникативные навыки (в том числе умение бесконфликтно взаимодействовать с ребенком, слышать и слушать его, конструктивно общаться, понимать мотивы детского поведения), умение поддерживать ребенка (в том числе правильно планировать время ребенка, мотивировать ребенка на саморазвитие, снижать тревожность).

Для развития у родителей необходимых критериев в школе должно осуществляться психолого-педагогическое просвещение, конечной целью которого является сформированность у них рефлексивных умений, способствующих проявлению оптимальной родительской позиции,

характеризующейся адекватностью, динамичностью, прогностичностью, и которая формируется на основе Я-высказывания родителей.

Изучение потребностей и проблем родителей в контексте просвещения, направленное на определение уровней сформированности у них трех основных критериев, влияющих на формирование рефлексивных умений, а также необходимости для них психолого-педагогического просвещения, показало, что общий средний уровень сформированности критерия «информированность» составил 3,62 балла из максимальных 5-ти, что чуть выше среднего. Следовательно, можно заключить, что родители нуждаются в повышении своей информированности по различным вопросам, в первую очередь – вопросам, связанным со школой (об организации учебного процесса, взаимодействии семьи и школы, особенностях школьной адаптации). Такой критерий, как «коммуникативные навыки» сформирован на уровне 2,77, что ниже среднего и говорит о наличии у родителей серьезных проблем в выстраивании коммуникации со своими детьми. А уровень сформированности критерия «умение поддерживать ребенка» составил 3,1 балл, что выше, чем уровень развития у родителей коммуникативных умений, но тем не менее недостаточно высокий.

Кроме того, проведенное исследование позволило определить, что родители младших школьников считают необходимым свое участие в школьной жизни. При этом они отмечают довольно широкий круг проблем у своих детей, связанных с началом обучения в школе. Однако, им не хватает знаний и навыков, чтобы помочь своим первоклассникам справиться с этими проблемами. Вследствие чего возникает острая необходимость в помощи по различным вопросам со стороны специалистов школы, в том числе классного руководителя.

На основе полученных результатов была разработана программа психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников «Клуб родителей успешных первоклассников», направленная на создание условий для формирования и развития основных критериев рефлексивных

умений родителей младших школьников, необходимых в период поддержки детей на начальной ступени обучения, и включающая в себя 15 встреч родителей первоклассников и классного руководителя в течение трех месяцев, представленных в форме семинаров с элементами тренинга.

Реализация программы показала значительные положительные результаты: благодаря участию в программе, родители смогли повысить уровень своей информированности по разным вопросам, связанным с воспитанием детей и выстраиванием взаимодействия семьи и школы, лучше понять своих детей и выстроить с ними более тесные и теплые отношения и научиться разнообразным методам поддержки. Все это, в свою очередь, способствовало снижению детских проблем, связанных обучением и в целом сделало их пребывание в школе более комфортным.

Участие родителей в программе оказало положительное влияние и на образовательный процесс. В частности, уже после первых занятий было замечено, что первоклассники в целом стали более организованы на уроке, снизилось количество детей, кто первый месяц периодически забывал те или иные школьные принадлежности, оформление работ в тетрадях стало более аккуратным. Также улучшилась дисциплина на уроке. Между собой дети стали более дружелюбными, в их взаимоотношениях появились общие игры.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» // СПС Гарант – URL: <https://base.garant.ru/401433920/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/> (дата обращения: 16.04.2025).
2. Алексеева, О. В. К вопросу о формировании педагогической компетентности родителей детей младшего школьного возраста / О. В. Алексеева, Д. А. Еслуква // Материалы VIII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2016/article/2016019307> (дата обращения: 10.09.2025).
3. Андреева, О. В. Изучение влияния семьи на успешность обучения младших школьников / В. О. Андреева // Вестник евразийской науки. – 2014. – № 5 (24). – С. 189.
4. Антипина, Е. А. Формирующая работа с семьёй по коррекции характеристик родителей, оказывающих влияние на учебную мотивацию первоклассников / Е. А. Антипина // Молодежная наука: тенденции развития. – 2020. – №4. – С. 15-22.
5. Арифулина, Р. У. Социально-педагогическое сопровождение семейного воспитания младших школьников: традиционные и современные формы сотрудничества / Р. У. Арифулина, Т. К. Беляева, Л. В. Белогорская // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 74-1. – С. 18-20.
6. Артюшина, Л. А. Рефлексивные компетенции в стандартах высшего профессионального образования третьего поколения / Л. А. Артюшина, М. Ю, Монахов // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2011. – № 3. - С. 284-285.
7. Асмолов, А. Г. Деятельность и установка / А. Г. Асмолов. – М.: МГУ, 1979.

– 152 с.

8. Ахметшина, И. А. Современные подходы к проблеме и пониманию особенностей адаптации первоклассников к школе / И. А. Ахметшина // Проблемы современного педагогического образования. – 2024. – № 85-4. – С. 51-54.
9. Ахметшина, И.А. Тенденции, проблемы и перспективы психолого-педагогического просвещения родителей в условиях образовательной организации / И.А. Ахметшина, А.А. Лосева, М.Б. Земщ, Т.М. Гулевич, Е.В. Селезнева, Г.В. Егорова // Образовательное пространство в информационную эпоху – 2019. Сборник научных трудов: Материалы Международной научно-практической конференции; под редакцией С.В. Ивановой. 2019. – Москва: Институт стратегии развития образования Российской академии образования. – С. 379-393.
10. Ахутина, Т. В. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход / Т. В. Ахутина, Н. М. Пылаева. – СПб.: Питер, 2022. – 320 с.
11. Баланина, С. К. Трудности адаптации первоклассников к школе / С. К. Баланина // Наука, техника и образование. – 2020. – № 11 (75). – С. 109-111.
12. Башман, Н. А. Работа учителя начальных классов с обучающимися и их семьями / Н. А. Башман // Студенческий вестник. – 2025. – № 22-1 (355). – С. 38-41.
13. Бесчасная, А. А. Поколение «Дельта»: в поисках характеристик российского поколения настоящего-будущего / А. А. Бесчасная // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2020. – Т. 23. – № 4. – С. 7-39.
14. Валеева, Н. Ш. Психолого-педагогическое просвещение как фактор развития педагогической культуры родителей / Н. Ш. Валеева, М. М. Шубович // Вестник Казанского технологического университета. – 2009. – № 4. – С. 356-362.
15. Васюк, С. Н. Адаптация первоклассников к школе / С. Н. Васюк // Вопросы науки и образования. – 2018. – № 23 (35). – С. 137-139.

16. Венгер, А.Л. Психологическое развитие младших школьников / А. Л. Венгер, Г. А. Цукерман. – М.: ВЛАДОС-Пресс, 2007. – 159 с.
17. Вершинин, В. Н. Домашнее воспитание. Книга для учителей, воспитателей, родителей / В. Н. Вершинин. – Чебоксары: Клио, 1998. – 200 с.
18. Воронина, Т. Адаптация первоклассника в школе. Сложности и рекомендации / Т. Воронина. – URL: <https://www.b17.ru/article/721050/> (дата обращения: 09.09.2025).
19. Ворончихина, Г. Ф. Проблемы адаптации первоклассников к образовательному процессу / Г. Ф. Ворончихина // Молодой ученый. – 2020. – № 45 (335). – С. 233-235.
20. Воскрекасенко, О. А. Основные направления и содержание деятельности по педагогическому сопровождению первоклассников / О. А. Воскрекасенко // Общество: социология, психология, педагогика. – 2021. – № 9 (89). – С. 142-146.
21. Глевицкая, В. С. Взаимодействие семьи и школы: опыт работы учителя начальных классов / В. С. Глевицкая, Т. Н. Плетнева // Педагогический поиск. – 2015. – № 1. – С. 53-56.
22. Гордон, Т. Курс эффективного родителя. Как воспитать в детях чувство ответственности / Т. Гордон. – М.: Изд-во: Ломоносовъ, 2010. – 510 с.
23. Ефименко, Т. Н. Роль семьи в воспитании младших школьников / Т. Н. Ефименко. – URL: <https://1-sept.ru/component/djclassifieds/?view=item&cid=8:publ-exp-0&id=3552:%D1%80%D0%BE%D0%BB%D1%8C-%D1%81%D0%B5%D0%BC%D1%8C%D0%B8-%D0%B2-%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8-%D0%BC%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%88%D0%B8%D1%85-%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2&Itemid=464> (дата обращения: 10.09.2025).

24. Зверева, Л. Г. Школьная дезадаптация детей младшего школьного возраста // Л. Г. Зверева, А. А. Сафонова // Устойчивое развитие: вызовы и перспективы. сборник материалов II Международного форума. – Ставрополь, 2023. – С. 106-111.
25. Землянская, Е. Н. Теория и методика воспитания младших школьников: учебник и практикум для вузов / Е. Н. Землянская. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 406 с.
26. Зыбина, Л. Н. Родительское отношение и школьная дезадаптация учащихся младших классов / Л. Н. Зыбина, Н. М. Мантурова // Антология российской психотерапии и психологии: Материалы Международного конгресса. – М.: МГПУ, 2018. – С. 86-90.
27. Иевлева, О. В. Педагогическое просвещение родителей: задачи, формы, методы / О. В. Иевлева. – URL: <https://solncesvet.ru/blog/baza-znaniy/pedagogicheskoe-prosveshhenie-roditelej/> (дата обращения: 10.09.2025).
28. Каптилова, А. С. Учитель и родитель – партнеры в воспитании младших школьников / А. С. Каптилова, В. М. Янгирова // Вестник педагогического опыта. – 2025. – №1 (63). – С. 12-15.
29. Качалова, А. Д. Формирование педагогической культуры и ответственного родительства / А. Д. Качалова, И. А. Ахметшина // Психология и педагогика XXI века: актуальные вопросы, достижения и инновации: Сборник статей Всероссийской студенческой научно-практической конференции; Отв. редакторы И.А. Ахметшина, О.А. Галстян. – Орехово-Зуево: Издательство ГГТУ, 2019. – С. 255-258.
30. Ключева, Н. В. Учим детей общению. Характер. Коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов / Н. В. Ключев, Ю. В. Касаткина. – М.: «Академия развития», 2009. – 240 с.
31. Козырева, О. А. Адаптация учащихся первых классов к требованиям учебной деятельности и взаимоотношениям со сверстниками / О.А. Козырева, С. С. Платонова, Ж. И. Королькова // В сборнике:

- Педагогика и психология как ресурс развития современного общества: проблемы сетевого взаимодействия в инклюзивном образовании. Материалы VII Международной научно-практической конференции, посвященной 100-летию РГУ имени С.А. Есенина. – Рязань, 2015. – С. 445-447.
32. Коломинский, Я. Л. Психическое развитие детей в норме и патологии: учебное пособие / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько, С. А. Игумнов. – СПб: Питер, 2004. – 211 с.
33. Краса, Е. А. Оценка учителями проблем школьной адаптации младших подростков с трудностями учебных коммуникаций / Е. А. Краса // Наука и школа. – 2023. – №5. – С. 109-126.
34. Кропотов, Е. А. Возрастные новообразования и особенности социально-психологической адаптации у младших школьников с различным уровнем учебной мотивации / Е. А. Кропотов, О. В. Ванновская // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. – 2022. – № 4. – С. 243-257.
35. Лаврентьев, В. В. Семья и школа / В. В. Лаврентьев // Классный руководитель. – 2013. – №3. – С. 39-42.
36. Лебедеенко, Е. Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск 1. Какой Я? Методическое руководство / Е. Н. Лебедеенко. – М.: Прометей; Книголюб, 2005. – 64 с.
37. Лурия, С. Б. Роль морфофизиологических и психологических особенностей первоклассников в адаптации к систематическому обучению / С. Б. Лурия, Н. Г. Блинова, Е. А. Анисова // Мир психологии. – 2002. – № 1. – С. 67-69.
38. Лыгденова, Д. С. Психологическое просвещение родителей в процессе профилактики социальной дезадаптации младших школьников / Д. С. Лыгденова // StudNet. – 2021. – № 4. – С. 830-839.
39. Макаренко, А. С. Воспитание детей в семье и школе / А. С. Макаренко. – М: ARCHIVE PUBLICA, 2025. – 148 с.

40. Маркова, А. В. Педагогическое просвещение родителей по вопросу гуманных взаимоотношений с детьми / А. В. Маркова, И. Л. Беккер // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В. Г. Белинского. – 2007. – № 7. – С. 216-220.
41. Меркуль, И. А. Проблема формирования психолого-педагогической компетентности родителей / И. А. Меркуль // Актуальные проблемы психологического знания. – 2010. – №4. – С. 41-44.
42. Милославова, И. А. Роль социальной адаптации / И. А. Милославова. – СПб.: Питер, 2018. – 284 с.
43. Минаева, С. В. Основные причины слабой готовности первоклассников к школьному обучению / С. В. Минаева // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова. – 2017. – № 1. – С. 75-81.
44. Мохонько, М. В. Анкета для родителей «Можете ли Вы...» / М. В. Мохонько. – URL: <https://multiurok.ru/files/anketa-dlia-roditelei-mozhete-li-vy.html> (дата обращения: 24.05.2025).
45. Наumenко, Н. М. Педагогическое просвещение родителей как механизм формирования ответственного родительства / Н. М. Наumenко // KANT. – 2017. – № 1 (22). – С. 42-46.
46. О роли родительской поддержки во время учебы. – URL: <https://olimp-plus.ru/blog/rol-roditelskoj-podderzhki-vo-vremya-ucheby> (дата обращения: 10.09.2025).
47. Погонев, З. В. Методические рекомендации по организации родительского просвещения (для общеобразовательных организаций) / З. В. Погонев. – URL: https://iro-49.ru/wp-content/uploads/2022/11/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5-%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8_%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5-

- %D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%B2%D0%B5%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5-2022.pdf (дата обращения: 10.09.2025).
48. Попова, О. Ю. Формы и способы взаимодействия и сотрудничества педагогов и родителей / О. Ю. Попова. – URL: https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/formi_i_sposobi_vzaimodejstviya_i_sotrudnichestva_pe_142958.html (дата обращения: 10.09.2025).
49. Приходько, В. А. Взаимодействие семьи и школы: актуальные проблемы, методы и формы работы (из опыта работы учителя начальных классов) / В. А. Приходько // В сборнике: Гносеологические основы образования. Материалы III Международного научного форума, посвящённого 75-летию ЛГПУ имени П.П. Семенова-Тян-Шанского и памяти профессора С.П. Баранова. – Липецк, 2025. – С. 447-451.
50. Психолого-педагогическое просвещение родителей (методические рекомендации для педагогов и руководящих работников) / Сост. Н. А. Маколова. – Жигулевск, 2025. – URL: <https://zhgzresurs.ru/docs/socio/sopr/metods/2025/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%BF%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%B2%D0%B5%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9.pdf> (дата обращения: 05.11.2025).
51. Романова, Е. Е. Анкета для определения затруднений родителей в вопросах воспитания и развития детей / Е. Е. Романова. – URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2017/11/26/anketa-dlya-opredeleniya-zatrudneniy-roditeley-v> (дата обращения: 11.09.2025).
52. Садомова, Н. Г. Рефлексивные действия родителей в воспитании ребенка раннего возраста при решении проблемных ситуаций / Н. Г. Садомова. – URL: <https://urok.1sept.ru/articles/682090> (дата обращения: 07.05.2024).
53. Серорукова, И. В. Роль родителей в образовательном процессе младшего

- школьника / И. В. Серопукова. – URL: <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/rol-roditeley-v-obrazovatelnom-processe-.21054984303/> (дата обращения: 10.09.2025).
54. Сидорина, Е. В. К проблеме адаптации первоклассников к обучению в школе / Е. В. Сидорина, И. А. Иванова, А. М. Емельянова // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 62–3. – С. 302–305.
55. Слободчиков, В. И. Становление рефлексивного сознания в раннем онтогенезе / В. И. Слободчиков // Проблемы рефлексии: Современные комплексные исследования: Сб. научн. трудов / Отв. ред. И.С. Ладенко. Новосибирск, 1987. – С. 60-68.
56. Собкин, В. С. Учитель о включенности родителей в образовательный процесс / В. С. Собкин, Д. В. Адамчук // Человек и образование. – 2015. – № 3 (44). – С. 102-111.
57. Тавстуха, О. Г. Некоторые аспекты психолого-педагогической поддержки родителей в вопросах воспитания и развития школьников / О. Г. Тавстуха, Л. Ю. Шавшаева // Педагогический журнал. – 2022. – Т. 12. – № 2А. – С. 230-238.
58. Талызина, Н. Ф. Психология детей младшего школьного возраста: формирование познавательной деятельности младших школьников: учеб. пособие / Н. Ф. Талызина. – М.: Юрайт, 2023. – 174 с.
59. Тесты для родителей: оценка стиля воспитания. – URL <https://pubdoc.ru/doc/328220/moi-testy> (дата обращения: 24.04.2025)
60. Троицкая, И. Ю. Адаптация первоклассников к школе / И. Ю. Троицкая, Т. Н. Петрова // Начальная школа. – 2018. – № 7. – С. 14–17.
61. Федорова, А. В. Проблема психологической адаптации детей к обучению в школе / А. В. Федорова // Научный поиск. – 2019. – № 3(1). – С. 34-36.
62. Хоботова, А. Как объяснить ребенку, зачем нужно учиться: простые аргументы и советы / А. Хоботова. – URL: <https://annahobotova.center/blog/kak-obyasnit-rebenku-zachem-nuzhno->

uchitsya (дата обращения: 10.09.2025).

63. Черновенко, Т. А. Влияние семьи на обучение младших школьников / Т. А. Черновенко. – URL: <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/vliyanie-semi-na-obuchenie-mladshih-shko.20759392608/> (дата обращения: 10.09.2025).
64. Чупров, Л. Ф. Психологическое просвещение в системе психопрофилактической работы практического психолога: Основы теории и методика (пособие) / Л. Ф. Чупров // Образование: исследовано в мире [Электрон. ресурс] / Под патронажем Российской академии образования, ГНПБ им. К. Д. Ушинского. — М.: OIM.RU, 2003. — URL: http://window.edu.ru/window/catalog?p_mode=1&p_qstr=Чупров Л.Ф.&p_rid=53902 (дата обращения: 05.11.2025).
65. Швед, С. М. Система психолого-педагогического просвещения родителей младших школьников посредством использования мультипликации / С. М. Швед // Современное образование витебщины. – 2022. – № 1 (35). – С. 41-47.
66. Шик, С. В. Просвещение и обучение родителей детей и подростков (психолого-педагогический аспект): учебное пособие / С. В. Шик. – Красноярск: Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева, 2023. – 284 с.
67. Щедровицкий, Г. П. Мышление. Понимание. Рефлексия / Г. П. Щедровицкий. – М.: Наследие ММК, 2005. – 798 с.
68. Эгембердиева, Ж. Н. Виды работы с родителями начальных классов / Ж. Н. Эгембердиева, Т. В. Архипова // Вестник Кыргызского национального университета им. Жусупа Баласагына. – 2023. – № 2 (114). – С. 385-391.
69. Atkinson, S. J. Starting school: Contrasting perspectives from teachers and mothers in the United Arab Emirates / S. J. Atkinson, R. A. Takriti // Psychology of Education Review. – 2022. – Т. 46. – № 2. – Р. 17-23.
70. Brooks, J. The Process of Parenting / J. Brooks. – New York, McGraw Hill. – 656 p.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Анкета на определение степени информированности родителей в разных вопросах воспитания (авторская методика)

Уважаемые родители!

Для достижения взаимопонимания в вопросах воспитания и развития детей, а также оказания вам при необходимости профессиональной помощи специалистами и педагогами нашей школы, предлагаем вам ответить на вопросы данной анкеты.

1. Имеете ли Вы педагогическое образование?

- да;
- нет.

2. Следите ли вы за статьями в журналах, программами радио и телевидения по вопросам воспитания и развития детей? (укажите название)

3. Читаете ли вы специальную литературу на данную тему? (укажите название книг) _____.

4. На основе каких знаний Вы воспитываете своего ребенка? (можно выделить несколько вариантов)

- слушаете передачи по радио и телевидению;
- посещаете лекции для родителей;
- на основе рекомендации психологов;
- используя жизненный опыт;

– читаете педагогическую литературу.

5. Хватает ли Вам знаний и умений для того, чтобы помочь ребенку с решением возникших у него проблем, связанных с началом обучения?

а) да, абсолютно;

б) не всегда;

в) не хватает.

6. Оцените, пожалуйста, каждое из выделенных ниже качеств по пятибалльной шкале в соответствии с представленной памяткой.

Качества	Оценка				
	1	2	3	4	5
Информированность о школьных предметах, изучаемых ребенком					
Информированность о взаимодействии семьи и школы					
Информированность об особенностях школьной адаптации и влиянии на нее семьи					
Информированность о личностных особенностях своего ребенка					
Информированность об источниках получения информации о воспитании					

Большое спасибо за сотрудничество!

Тест «Насколько хорошо Вы знаете своего ребенка?»

Инструкция: попробуйте ответить на эти вопросы:

1. После пробуждения мой ребенок всегда...
2. Какая его любимая игрушка?
3. Есть ли что-то, что его печалит?
4. Больше всего он боится...
5. Он всегда нервничает, когда...
6. Кем бы он хотел стать в будущем?
7. Какая его любимая сказка?
8. Хотя он очень старается, он не может...
9. Когда он плачет, его успокаивает...
10. Какое его любимое блюдо?
11. Больше всего он не любит есть...
12. Какой его любимый питомец?
13. Какой его любимый вкус мороженого?
14. Вы знаете его лучшего друга?
15. Что он не любит делать?
16. Чаще всего он рисует...
17. Какая его любимая песня?

Обработка результатов:

0-6 ответов – низкий уровень знаний своего ребенка – кажется, вы сосредоточены на домашних обязанностях, работе и уделяете ребенку мало внимания, особенно с эмоциональной стороны. Дети быстро растут, если вы хотите играть не последнюю роль в его жизни, участвуйте в ней прямо сейчас.

7-11 ответов – средний уровень знаний своего ребенка – вы знаете то,

что должны, но некоторые вещи ускользают от вашего внимания. Не переживайте, наверстать упущенное легко, вам поможет разговор или совместные выходные.

12-17 ответов – высокий уровень знаний своего ребенка – у вашего ребенка нет секретов от вас. Ему очень повезло! Если вы и можете сделать что-то большее, то только для себя.

Анкета для родителей «Можете ли вы»

(автор – М.В. Мохонько)

Инструкция: ответьте, пожалуйста, искренне на следующие вопросы, выбирая один из трех вариантов:

А – могу и всегда так поступаю.

Б – могу, но не всегда так поступаю.

В – не могу.

Можете ли вы:	А – могу и всегда так поступаю	Б – могу, но не всегда так поступаю	В – не могу
1. В любой момент оставить все свои дела и заняться ребенком?			
2. Посоветоваться с ребенком несмотря на его возраст?			
3. Признаться ребенку в ошибке, совершенной по отношению к нему?			
4. Извиниться перед ребенком в случае, если вы были не правы?			
5. Овладеть собой и сохранить самообладание, даже если поступок ребенка вывел вас из себя?			
6. Поставить себя на место ребенка?			
7. Поверить хотя бы на минутку, что вы добрая фея или прекрасный принц?			
8. Рассказать ребенку поучительный случай из детства, представляющий вас в невыгодном свете?			
9. Всегда воздерживаться от слов и выражений, которые могут ранить ребенка?			
10. Пообещать исполнить желание ребенка за хорошее поведение?			
11. Выделить ребенку один день, когда он может делать все, что желает, и вести себя как хочет, а вы при этом ни во что не вмешиваетесь?			
12. Не прореагировать, если ребенок ударил, толкнул или незаслуженно обидел другого ребенка?			
13. Устоять против слез, капризов, просьб, если известно, что это прихоть?			

Интерпретация результатов:

А – могу и всегда так поступаю – 3 балла.

Б – могу, но не всегда так поступаю – 2 балла.

В – не могу – 1 балл.

От 30 до 39 баллов – высокий уровень развития взаимоотношений между родителями и детьми – вы придерживаетесь правильных принципов воспитания.

От 16 до 30 баллов – средний уровень развития взаимоотношений между родителями и детьми – ваш метод воспитания: кнут и пряник.

Менее 16 баллов – низкий уровень развития взаимоотношений между родителями и детьми – у вас нет педагогических навыков и желания воспитывать ребенка.

**Оценка показателей, характеризующих коммуникативные навыки
родителей (авторская методика)**

Оцените, пожалуйста, каждое из выделенных ниже качеств по пятибалльной шкале в соответствии с представленной памяткой

Качества	Оценка				
	1	2	3	4	5
Умение бесконфликтно взаимодействовать					
Умение слышать и слушать своего ребенка					
Умение понимать мотивы детского поведения					
Умение конструктивно общаться с ребенком					

Большое спасибо за сотрудничество!

Оценка показателей, характеризующих умение родителей поддерживать своего ребенка (авторская разработка)

Уважаемые родители! Просим Вас дать несколько ответов на следующие вопросы с целью выстраивания более действенных взаимоотношений между школой и семьей. Ваши ответы очень важны для нас!

1. Считаете ли Вы важным и нужным помочь и поддержать своего ребенка в период поступления в школу?

- а) да, безусловно;
- б) в некоторых случаях;
- в) нет, он все должен делать сам.

2. Стало ли для Вас сложнее поддерживать своего ребенка после поступления его в школу?

- а) нет, все осталось как было;
- б) да, стало сложнее;
- в) стало легче;
- г) затрудняюсь ответить.

3. Оцените, пожалуйста, каждое из выделенных ниже качеств по пятибалльной шкале в соответствии с представленной памяткой.

Качества	Оценка				
	1	2	3	4	5
Умение правильно планировать время ребенка					
Умение мотивировать ребенка на саморазвитие					
Умение поддержать ребенка					
Умение снизить тревожность ребенка					

**Особенности потребностей и проблемы родителей младших школьников
(авторская методика)**

Уважаемые родители! Просим Вас дать ответы на следующие вопросы, чтобы в дальнейшем Ваше взаимодействие со школой было более эффективным и конструктивным.

1. Считаете ли Вы, что родители должны принимать участие в образовательном процессе?

- а), да, безусловно;
- б) скорее да, чем нет;
- в) скорее нет, чем да;
- г) нет, это прерогатива школы;
- д) затрудняюсь ответить.

2. Какие проблемы Вы наблюдаете у своего ребенка, связанные с поступлением в школу? (можно выбрать несколько вариантов)

- а) плохое усвоение материала;
- б) проблемы в выстраивании взаимоотношений с новым коллективом;
- в) проблемы в выстраивании взаимоотношений с учителем;
- г) повышенная тревожность и волнения, связанные с обучением;
- д) сложности в выстраивании распорядка дня и распределении времени;
- е) у моего ребенка нет никаких проблем;
- ж) другое _____

3. Есть что-то, что мешает вам в осуществлении воспитания

ребенка? (можно выделить несколько вариантов)

- а) ничего не мешает;
- б) несогласованность действий взрослых в семье;
- в) отстраненность кого-либо из взрослых от воспитания;
- г) нехватка педагогического опыта;
- д) трудности в выборе методов воздействия на ребенка;
- е) собственная неуравновешенность;
- ж) другое _____

4. Нуждаетесь ли Вы в помощи классного руководителя, школьного психолога или других сотрудников школы для того, чтобы помочь своему ребенку в решении его школьных проблем?

- а) да, мне крайне необходима эта помощь;
- б) да, иногда;
- в) нет, мне вполне хватает моих знаний, либо я могу почерпнуть их из других источников.

**5. Помощь каких специалистов школы вы хотели бы получить?
(можно выделить несколько вариантов)**

- а) учителя;
- б) педагога-психолога;
- в) дефектолога, учителя-логопеда;
- г) музыкального руководителя;
- д) инструктора по физической культуре;
- е) другого специалиста (указать) _____

6. Консультации и рекомендации учителей и специалистов необходимы вам для (можно выделить несколько вариантов):

- а) организации игр детей в семье;
- б) понимания особенностей индивидуального подхода к работе с

- ребенком, в т. ч. имеющим трудности в обучении;
- в) получения основных знаний по развитию речи ребенка;
 - г) развития тонкой моторики рук;
 - д) развития творческих способностей ребенка;
 - е) развития интеллектуальных способностей ребенка;
 - ж) формирования навыков эффективного общения;
 - з) формирования положительных качеств характера ребенка;
 - и) формирования у ребенка первоначальных трудовых умений и навыков;
 - к) другие цели _____.

Большое спасибо за сотрудничество!

**Конспекты занятий программы психолого-педагогического
просвещения родителей младших школьников «Клуб родителей
успешных первоклассников»**

Занятие 1. «Давайте познакомимся»

Цель: знакомство участников программы между собой, формирование доброжелательной, комфортной атмосферы, рассказ родителям о программе, ее структуре и тематическом плане, понимание ожиданий от программы со стороны родителей.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, предмет для перекидывания (небольшой мяч), доска, мел, листы бумаги с высказываниями о детях и родителях, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Затем освещает правила занятия. Правила также представлены в напечатанном виде. Их соблюдение обязательно для всех участников. Задача ведущего в том, чтобы объяснить эти правила участникам занятия перед его началом и контролировать их соблюдение в дальнейшем.

Основные правила:

1. Правило поднятой руки: говорить только после поднятия руки и после того, как ее заметит ведущий и даст слово.
2. Правило активного участия и добровольности: каждый участник выполняет задания и упражнения, но при этом делает это без принуждения со стороны других участников.
3. Правило «слушаем – слышим»: уважение и внимательность друг к другу.

4. Правило точности: высказываться кратко и по существу.

5. Правило «спящего» телефона: на время проведения встречи телефон переключается в бесшумный режим и оставляется на столе.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Карандаши».

Цель: формирование доброжелательной, комфортной атмосферы, согласование действий.

Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, закрытых колпачками, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников. Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары, располагаются друг напротив друга на расстоянии 70-90 см и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Дается задание: не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад.

После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50-60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания:

1. Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение.
2. Вытянуть руки вперед.
3. Сделать шаг вперед, два шага назад (сужение и расширение круга).
4. Наклониться вперед, вправо, выпрямиться.
5. Присесть, встать.

3. Проведение мини-лекции «Особенности младшего школьного возраста и трудности, с которыми сталкивается ребенок в этот период».

Младший школьный возраст называют вершиной детства. Это один из самых сложных периодов в жизни ребенка, на котором взаимоотношения с родителями приобретают особую значимость и являются тем фундаментом, на котором строится успех обучения.

В этом возрасте происходит смена образа и стиля жизни: новые

требования, новая социальная роль ученика, принципиально новый вид деятельности - учебная деятельность. В школе он приобретает не только новые знания и умения, но и определенный социальный статус. Меняется восприятие своего места в системе отношений. Меняются интересы, ценности ребенка, весь его уклад жизни.

Социальная ситуация в младшем школьном возрасте заключается в следующем:

- учебная деятельность становится ведущей деятельностью;
- завершается переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению;
- отчетливо виден социальный смысл учения (отношение маленьких школьников к отметкам);
- мотивация достижения становится доминирующей;
- происходит смена референтной группы;
- происходит смена распорядка дня;
- укрепляется новая внутренняя позиция;
- изменяется система взаимоотношений ребенка с окружающими людьми.

Смена образа жизни определяет ряд трудностей, с которыми сталкиваются младшие школьники. Среди этих трудностей выделяются:

1) Повышенная физическая и психофизическая нагрузка. Организм ребёнка 6-7 лет ещё не полностью готов к длительному сидению, концентрации внимания и систематическим урокам. Довольно часто первый этап школьного обучения связан с повышенной утомляемостью, трудностями с сосредоточением, частыми жалобами на головную боль или усталость.

2) Преобладание негативных эмоций. Первоклассник может испытывать страх перед новым пространством, учителем или коллективом. У некоторых детей возникают тревожность, плаксивость, нарушения сна. Иногда ребёнок демонстрирует протестное поведение: отказывается идти в школу, медлит по утрам, проявляет капризы.

3) Трудности социализации и вхождения в новый коллектив. Школа – это новая социальная среда. Не все дети умеют устанавливать контакты со сверстниками, понимать правила общения и выстраивать отношения с учителем. У некоторых формируется чувство одиночества, появляются конфликты или трудности с принятием норм школьного коллектива.

4) Интеллектуальные трудности. Несмотря на программу подготовки в детском саду, не все дети одинаково легко включаются в учебную деятельность. Одни сталкиваются с проблемами в освоении письма и чтения, другие – с организацией своей работы: они забывают задания, теряют вещи, не умеют планировать время.

5) Трудности саморегуляции. Многие первоклассники не умеют контролировать свои эмоции и поведение. Это проявляется в повышенной импульсивности, трудностях с соблюдением дисциплины и правил. Это не всегда «непослушание», а скорее этап становления навыков саморегуляции.

Таким образом, младший школьный возраст является важным этапом закладывания основы системы знаний, которые пополняются в дальнейшие годы обучения. В это же время происходит формирования умственных и практических операций, действия и навыки, без которых невозможно дальнейшее обучение. Отсутствие такой основы приводит к трудностям в овладении программы в средних классах. Соответственно, чтобы избежать подобных трудностей и своевременно оказать помощь ребенку, необходимо знать о возможных трудностях.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий предлагает родителям (по цепочке или по желанию) рассказать, какие из выделенных трудностей они наблюдают у своего ребенка и как борются с ними. Родители делятся своим опытом.

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Представление с перекидыванием предмета».

Цель: знакомство с окружающими, рассказ о себе, привлечение к себе внимания группы.

Ведущий говорит о том, что для того, чтобы между всеми участниками сложились позитивные и тесные отношения, они должны получше узнать друг друга.

Участники становятся в круг и по часовой стрелке передают друг другу какой-то предмет, а вместе с его передачей называют свое имя, родителем кого он является и один факт о себе (например, что любят больше всего, что являются для каждого из участников источником вдохновения, какая любимая группа).

2) Упражнение «Зачем и почему?».

Цель: сформировать у родителей понимание того, зачем каждый из родителей пришел на занятие (чего ждет от него) и почему пришел (что побудило его не остаться дома, а потратить свое время на общение в данной группе).

Ведущий просит каждого участника по очереди ответить на два вопроса: зачем они пришли на занятие и почему? Что их побудило к этому?

Родители отвечают. В конце ответов ведущий записывает на доске общий итог причин и поводов, побудивших родителей прийти на программу.

3) Упражнение «Мудрая мысль».

Цель: сформировать у родителей представления об особенностях своих взаимоотношений с ребенком.

Ведущий раскладывает на столе листы бумаги с высказываниями о детях и детско-родительских отношениях. Задача родителей – посмотреть на эти высказывания и выбрать среди них те, которые наилучшим образом характеризуют их отношения к своим детям или с которыми они в большей степени согласны и, по желанию, объяснить, почему выбрали именно это высказывание.

Примеры предлагаемых высказываний:

Лучший способ сделать детей хорошими – это сделать их счастливыми.

Если вы хотите, чтобы дети твёрдо стояли на ногах, тогда дайте им почувствовать некоторую ответственность.

Любовь родителей к детям сильнее, чем детей к родителям.

Ребёнок больше всего нуждается в вашей любви как раз тогда, когда он меньше всего её заслуживает.

Ребёнок – зеркало семьи; как в капле воды отражается солнце, так в детях отражается нравственная чистота матери и отца.

Цель воспитания – это научить наших детей обходиться без нас.

Дети очень часто умнее взрослых и всегда искреннее.

Чем больше у ребёнка свободы, тем меньше необходимость в наказаниях. Чем больше поощрений, тем меньше наказаний.

Если вы хотите вырастить хороших детей, тратьте на них в два раза меньше денег и в два раза больше времени.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 2. «Школьные предметы и организация домашних заданий»

Цель: подробно познакомиться с предметами, которые изучает ребенок в школе и методами эффективной помощи детям при выполнении домашнего задания.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага в клетку и в линейку, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Построение круга».

Цель: формирование доброжелательной, комфортной обстановки.

Участники закрывают глаза и начинают хаотично перемещаться по помещению, издавая при этом гудение, как потревоженные пчелы (гудение позволяет избежать разговоров, которые могут создать помехи в выполнении упражнения). По условному сигналу ведущего (хлопок, свист и т.п.) все останавливаются в тех положениях, где их застал сигнал, после чего пытаются встать в круг, не открывая глаз и не разговаривая, можно только трогать друг друга руками. Когда все занимают свои места и останавливаются, ведущий подает повторный условный сигнал, по которому участники открывают глаза.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Учебные предметы в первом классе и особенности выполнения домашнего задания»

Рассказ учителя о предметах, которые изучают дети в первом классе, о темах, которые изучаются в рамках каждого предмета, о конечных результатах освоения каждой дисциплины в конце года.

Также отдельно учитель рассказывает об особенностях оформления заданий (в частности, задач по математике): сколько клеток отступается, как записывается решение, как ответ и т.д.

В заключение ведущим освещаются основные принципы выполнения домашнего задания в первом классе:

- 1) Создание удобного рабочего места. Место для выполнения заданий должно быть тихим и лишённым отвлекающих факторов, таких как телевизор или компьютер.
- 2) Соблюдение распорядка дня. Нужно установить определённое время для выполнения заданий каждый день, чтобы ребёнок развивал режим и привычку к учебной деятельности.
- 3) Соблюдение пауз. Время выполнения заданий нужно разделить на

короткие интервалы активной работы и небольшие перерывы, чтобы ребёнок не утомлялся слишком быстро.

4) Обучение управлению временем. Нужно помочь ребёнку оценить, сколько времени ему нужно для выполнения каждой задачи, и научить его планировать своё время.

5) Обеспечение необходимых материалов. Нужно убедиться, что у ребёнка есть все необходимые учебники, тетради, карандаши и другие материалы, чтобы избежать поиска во время выполнения задания.

6) Помощь и поддержка. Нужно быть готовым помочь ребёнку при необходимости, но поощрять его сначала попробовать самостоятельно. Если у него возникают трудности, объяснить материал и предоставить подсказки. Важно! Не выполнять задание за ребенка и помнить: лучше вообще не выполнить задание, чем выполнить вместо ребенка.

7) Создание позитивного обучающего окружения. Нужно поощрять усердие и хвалить ребёнка за его усилия, даже если результат не совершенен.

8) Установка приоритетов. Если заданий слишком много, нужно помочь ребёнку определить, какие из них являются приоритетными, и начать с них.

9) Связь с учителем. Важно понимать, что родители всегда могут обратиться за советом к учителю при возникновении каких-либо сложностей с выполнением домашнего задания.

10) Развитие навыков организации. Нужно научить ребёнка организовывать свои школьные материалы, включая дневник и тетради, чтобы он всегда мог найти необходимую информацию.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий просит родителей поделиться, выполняются ли ими какие-то из представленных правил, а также поделиться, есть ли у кого-то из родителей свои правила выполнения домашних заданий. Возможно, у кого-то из родителей есть принцип вообще не делать домашние задания с ребенком и т.д.

5. Выполнение практических упражнений.

Учитель раздает родителям листы в клетку и в линейку и просит выполнить заданные упражнения по русскому языку и математике, соблюдая все требования, о которых было рассказано выше. Затем с каждым из родителей обсуждается, насколько верно он оформил и выполнил упражнение и на какие моменты нужно обратить внимание.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 3. «Семья и школа: нужно ли сотрудничать?»

Цель: познакомиться с направлениями взаимодействия семьи и школы, с возможными положительными эффектами от этого взаимодействия для родителей, учителей и учеников.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Танец сидя».

Цель: снижение эмоциональной напряжённости, повышение психологического комфорта, создание атмосферы веселья.

Участники садятся на стулья и под известную музыку стараются

«станцевать» танец, не вставая со стула.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия «Какие виды взаимодействия семьи и школы существуют в современной системе образования»

Взаимодействие семьи и школы имеет важное значение для учебно-воспитательного процесса. Совместные усилия учителей и родителей помогают создать благоприятные условия для всестороннего развития ребёнка, его гармоничного перехода к школьной жизни и освоения учебного материала.

Основная цель взаимодействия семьи и школы – создание условий для полноценной и гармоничной жизни ребёнка, для развития его индивидуальности в общем доме «школа – семья».

Кроме этого, целями данного взаимодействия являются:

- успешная самореализация ребёнка, личностный рост, формирование мотивации к учению, сохранение физического и психического здоровья, социальная адаптация;
- гармонизация взаимоотношений между педагогами, учащимися и родителями;
- своевременное выявление проблем семейного воспитания, упреждение семейного неблагополучия и эффективная социально-педагогическая и психологическая поддержка семьи;
- повышение ответственности родителей за воспитание детей.

В настоящее время существует множество разнообразных видов взаимодействия семьи и школы, помимо распространенных школьных собраний, индивидуальных и групповых консультаций, общения через школьные чаты можно назвать также:

- проведение общешкольных родительских собраний, на которых родителям рассказывается о возможностях школы, о ее достижениях, проводится отчет по ремонту и т.д.;
- день открытых дверей для родителей, когда они могут

присутствовать на уроках и сами увидеть, как организован образовательный процесс;

- участие родителей в образовательном процессе в качестве учителей (когда они проводят мастер-классы на уроках технологии, обсуждают с детьми прочитанные произведения на уроках литературы и т.д.);

- родительский контроль питания (когда родители посещают школьную столовую, проверяют уровень гигиены в ней и качество предлагаемых блюд);

- создание и защита совместных проектов с детьми;

- участие в праздниках и различных внеклассных мероприятиях (выездах на экскурсию, в турпоходы, в театры и т.д.).

Важно отметить, что успешное партнёрство между родителями и школой строится на нескольких принципах, среди которых:

- открытость к диалогу. Родители должны проявлять инициативу в общении с педагогами, не ждать только обратной связи со стороны школы. Важно не бояться задавать вопросы о программе обучения, методах преподавания, успехах ребёнка;

- доверие к учителям. Педагоги – профессионалы, имеющие опыт работы с детьми, поэтому родителям стоит доверять их рекомендациям и подходам. Вместо критики учителя важно искать совместные решения проблем;

- создание позитивного отношения к школе. Родители формируют у ребёнка отношение к учёбе: если они проявляют уважение к школе и учителям, ребёнок будет воспринимать обучение более серьёзно;

- баланс между контролем и самостоятельностью. Родители должны следить за успехами ребёнка, но не выполнять за него школьные задания.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий просит родителей поделиться, какие еще виды взаимодействия семьи и школы были бы для них интересны. Записывает на доске предложенные примеры.

Затем ведущий делит доску на три части: дети, родители, учителя (школа) и предлагает родителям предложить свои варианты: как они думают, какая польза может быть от взаимодействия родителей и школы для детей, родителей и учителей. Ответы родителей записывает на доске. Делает вывод о том, что данное взаимодействие чрезвычайно полезно для всех трех участников образовательного процесса.

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Идеальная школа».

Цель: сформировать у родителей понимание того, какими качествами, по их мнению, должна обладать идеальная школа.

Ведущий просит каждого родителя написать от трех до пяти важных качеств, необходимых идеальной школе. Затем каждый родитель по цепочке или по желанию озвучивает эти качества и поясняет их.

2) Упражнение «Что я могу сделать для идеальной школы».

Цель: формирование у участников понимания роли родителей в образовательном процессе.

Ведущий предлагает участникам подумать, как они как родители, смогли бы повлиять на то, чтобы приблизить школу, в которой учится их ребенок, к идеалу. При этом они могут представить, что обладают неограниченными ресурсами. Затем каждый родитель по цепочке или по желанию озвучивает свои мысли.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 4. «Адаптация к школе и роль родителей в данном процессе»

Цель: познакомиться с особенностями адаптации младших школьников к новым учебным условиям и ролью родителей в данном процессе, с ошибками, которые совершают родители в данный период.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Что хорошего произошло в моей жизни за последние дни».

Цель: настрой на позитивное мышление, формирование умения видеть хорошее в своей жизни.

Ведущий просит каждого участника по очереди рассказать, какие хорошие, интересные события произошли с ними за последнее время. Это могут быть абсолютно разные события от мелких до масштабных.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Адаптация к школе. Значение и ошибки родителей».

Адаптация – это процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к её условиям. Это универсальное явление всего живого, которое можно наблюдать как в растительном, так и в животном мире. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений и психики) результатом, или негативным (стресс).

Основными составляющими школьной адаптации являются:

1. Физиологическая адаптация (отмечается повышение заболеваемости у первоклассников в данный период, снижение аппетита и массы тела, понижение или повышение артериального давления, головные боли,

усталость, раздражительность, капризность и плаксивость детей дома, нарушение сна, снижение способности к саморегуляции поведения и другие недомогания, появляется чувство страха, отрицательное отношение к учебной деятельности, искаженное представление о своих способностях и возможностях, неуверенность в себе. Изменения в организме первоклассников, связанные с физиологической адаптацией к школе некоторые исследователи называют «адаптационной болезнью» или «школьным стрессом».

2. Социально-психологическая адаптация (отмечаются сложности в привыкании к учителям, к их требованиям, к одноклассникам, к школьному режиму, школьным нормам поведения и школьным обязанностям; в принятии нового социального статуса «я-ученик»; в изменении самосознании личности, принятии новых жизненных ценностей: то, что относится к учебе, становится более ценным).

По степени адаптированности всех первоклассников условно можно разделить на три группы:

Первая группа детей адаптируется в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них все же отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября трудности этих детей, как правило, преодолеваются, ребенок полностью осваивается и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом.

Вторая группа детей имеет более длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается. Дети не могут принять новую ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Такие школьники могут играть на уроках, выяснять отношения с товарищем,

они не реагируют на замечания учителя или реагируют слезами, обидами. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы, лишь к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными требованиям школы, учителя.

Третья группа - дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями. У них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, они с большим трудом усваивают учебные программы. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя: они «мешают» работать в классе.

Сильно затянувшийся процесс адаптации к школьному обучению и сопутствующее ему психологическое состояние внутренней тревожности у первоклассника может привести к школьной дезадаптации, которая обычно характеризуется недисциплинированностью в школе и дома и безответственным отношением к учебным обязанностям, в результате чего у ребенка может даже пропасть желание идти в школу.

Родители играют важную роль в период адаптации первоклассников к школе, помогая ребёнку освоить новый режим, правила и учебные требования без перегрузки. Успешная адаптация во многом определяет дальнейшую учебную мотивацию, самооценку ребёнка и его психологическое благополучие.

Основные задачи родителей в период адаптации их детей-первоклассников:

- создать стабильный режим дня, чтобы ребёнок чувствовал себя увереннее и уменьшал стресс. Важно, чтобы первоклассник достаточно спал (не менее 10 часов ночью), имел время для прогулок и отдыха;

- проявлять эмоциональную поддержку – разговоры о школе должны быть доброжелательными, лучше интересоваться не только отметками или выполнением заданий, но и эмоциями ребёнка, его отношениями с одноклассниками;

- помогать в организации учебной деятельности – в начале обучения

ребёнку нужна помощь в том, как правильно собрать портфель, разложить книги, распределить время. Постепенно можно поручать ему эти обязанности самостоятельно, формируя навыки ответственности;

– развивать социальные навыки – родители могут помочь ребёнку в освоении навыков общения – проигрывать ситуации (как попросить о помощи, как познакомиться, как мирно решить конфликт)

Среди основных ошибок, которые совершают родители в данный период, следует отметить:

1) Слишком строгое соблюдение школьного режима. Например, родители могут не разрешать ребёнку не ходить на учёбу, даже если он плохо себя чувствует.

2) Перегрузка ребёнка дополнительными занятиями (секциями, кружками).

3) Отсутствие режима дня.

4) Завышенные требования к успеваемости. Завышенные требования и даже скрываемое недовольство ухудшают период привыкания, делают ребёнка неуверенным в себе, мешают полноценно воспринимать учебные материалы.

5) Критика вместо похвалы. Например, ругать ребёнка за плохие результаты или выражать недовольство – это вызовет в нём негативные эмоции и снизит интерес к учёбе. Нужно хвалить школьника при малейшей возможности и даже малом успехе.

6) Идеализация школы. Родители могут говорить ребёнку, что ему там понравится, у него появится много друзей, а когда ребёнок приходит в школу, оказывается, что уроки, правила, не всё сразу получается.

7) Сравнение с другими детьми.

8) Не оказывать эмоциональной поддержки. Например, не хвалить ребёнка за успехи, не сочувствовать, когда он приносит плохую оценку.

9) Игнорировать жалобы ребёнка на плохое самочувствие.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий предлагает родителям поделиться, какие признаки успешной или неуспешной адаптации они наблюдали у своих детей. Также предлагает родителям поделиться своим опытом поддержки детей в период адаптации.

5. Выполнение практических упражнений.

Упражнение «Мы справимся».

Цель: сформировать положительное отношение к себе и своему ребенку, найти те качества, которые помогут родителю и ребенку справиться с адаптацией.

Каждый участник определяет по 3 характеристики себя и своего ребенка, которые помогут им успешно адаптироваться к школе и озвучивает их. На каждую озвученную характеристику члены группы отвечают: «Мы рады за тебя!»

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 5. «Откуда брать информацию о воспитании?»

Цель: познакомиться с основными и наиболее эффективными источниками и методами расширения знаний родителей о детях, узнать о значении популярной психолого-педагогической литературы и СМИ для понимания ребенка.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Солдат и тряпичная кукла».

Цель: расслабление, снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Ведущий предлагает участникам представить, что они солдаты, которые стоят на плацу, вытянувшись в струнку и замерев. Как только ведущий произносит слово «Солдат!», участники изображают таких военных. После того, как участники постоят в напряжённой позе, произносится команда «Тряпичная кукла!». Выполняя её, участники должны максимально расслабиться: слегка наклониться вперёд так, чтобы их руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Затем следует первая команда и так далее. Игра заканчивается на стадии расслабления.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Источники знаний родителей о воспитании».

Для того, чтобы помочь своему ребенку как можно гармоничнее войти в социум, необходимо воспитать его как всесторонне развитую личность. Для этого родители должны обладать определёнными знаниями. Источники этих знаний бывают самые разнообразные, от прочитанных книг и публикаций до собственного жизненного опыта, в том числе, полученного в детском возрасте.

В качестве основных источников знаний родителей о воспитании выделяются:

1. Детский опыт взаимодействия с собственными родителями. Родители усваивают ценности, используют конкретные дисциплинарные методы и общий эмоциональный тон позитива или негатива от своих родителей. Самое важное, что закладывается в детстве – привязанность к родителям и их мнениям: как относиться к людям, заслуживают ли они доверия, как их можно контролировать, приятны ли возникающие отношения и насколько человек любим. Эти внутренние модели того, чего можно

ожидать от других, влияют на отношения взрослых с друзьями, брачными партнерами и собственными детьми. Со своими детьми они устанавливают любящие, теплые и чуткие отношения, но также способны и на ограничения.

2. Религия. Принадлежность семьи к той или иной религии и следование ее канонам и заповедям во многом определяет мировоззренческую концепцию ребенка, воспитывающегося в ней. Религиозные группы формируют культуру, которая обеспечивает направления развития личности и предписывают определенный образ жизни, который родители передают детям. Например, без алкоголя, без кофеина, с молитвами несколько раз в день. Отличаются и рекомендации для родителей, в частности, в рамках православия или ислама.

3. Компетентные специалисты. Родители чаще всего обращаются к специалистам, таким как педиатры и воспитатели, а в более старшем возрасте к психологам и психотерапевтам. Индивидуальные и групповые консультации, личное посещение или индивидуальный просмотр лекций и семинаров различных педагогов, докторов, психологов помогает родителям восполнить свои пробелы в воспитании здоровой и физически личности и построить с ребенком более конструктивные взаимоотношения.

Развитие цифровых технологий сейчас помогает родителям задавать свои вопросы специалистам на различных форумах и сайтах, получая при этом не одно мнение, а несколько.

4. Расширенная семья и друзья. Бабушки и дедушки в семье – это источник получения важной информации, в том числе и о своей семье, возможность укрепить свои связи с родом, уяснить его традиции и ценности, что делает ребенка в дальнейшем более целостным и устойчивым как личность, помогает ему самоидентифицироваться и найти свое место в жизни. И, конечно же, бабушки и дедушки – это источник жизненной мудрости, обусловленной прожитыми годами.

Другие родственники, помимо собственных родителей, а также друзья – это люди, которые имеют свой жизненный опыт и круг общения. Они

могут дать молодым родителям полезные советы, познакомить с полезными людьми. Кроме того, родители могут посещать группы по интересам, связанные с воспитанием детей. Этом могут быть, например, родительские школьные чаты, чаты групп дополнительных занятий, различные дополнительные чаты для мам и пап в цифровом пространстве. Например, телеграм-канал «Мама – не радио», «Детство без гаджетов» и другие.

5. Средства массовой информации. Они предоставляют актуальную информацию в областях, представляющих интерес для родителей, поднимают вопросы и вызывают дискуссии, которые заставляют задуматься. Родители чаще всего обращаются к книгам, журналам, веб-сайтам и телевизионным передачам для получения информации о развитии и воспитании ребенка.

Ежегодно в мире издается огромная масса популярных книг по воспитанию, обширные руководства для родителей. В них обобщаются как теоретические научные достижения о развитии детей и роли родителей, так и собственно практика просвещения родителей. Хотя теории не содержат пошаговых инструкций для родителей, они помогают им понять, как дети растут и развиваются, показывают сложность процесса роста и необходимость родительского участия. Кроме того, СМИ дают родителям методики формирования здоровых привычек питания и сна, рассказывают о том, как решать возникающие проблемы, например, как действовать, если у ребенка проблемы со школой или депрессия. Они также поднимают вопросы, помогают высказаться родителям и обществу и прийти к более ясному пониманию проблем воспитания детей.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий предлагает участникам поделиться, какие источники о воспитании они используют в своей родительской практике. Какие книги, передачи или статьи о воспитании оказали на них особое влияние и почему. При желании – кратко рассказать, о чем тот или иной источник.

В процессе обсуждения ведущий предлагает в группе класса в

мессенджере Телеграм создать вкладку «Педагогическая копилка», в которой родители делились бы друг с другом интересными материалами о воспитании, ссылками на статьи, названиям книг или самими электронными изданиями книг.

5. Выполнение практических упражнений.

Упражнение «Кто больше».

Цель: расширить представления родителей об источниках получения о воспитании детей.

Участникам предлагается разделиться на две группы, и каждая группа по очереди называет различные источники информации о воспитании (это могут быть названия телевизионных и радиопередач, сайты и каналы в мессенджерах, социальных сетях или на YouTube, книги разных авторов, журналы и т.д.). Побеждает та команда, которая назовет то или иное название последней.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 6. «Давайте узнаем своего ребенка. Какой Ваш ребенок?»

Цель: расширить знания о своем ребенке.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, доска, мел, памятки с опросами для понимания своего ребенка, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель.

Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Австралийский дождь».

Цель: психологическая разгрузка участников.

Ведущий говорит слова: Знаете ли вы что такое австралийский дождь? Нет? Тогда давайте вместе послушаем, какой он. Сейчас по кругу цепочкой вы будете передавать мои движения. Как только они вернутся ко мне, я передам следующие. Следите внимательно!

В Австралии поднялся ветер. (Ведущий трет ладони).

Начинает капать дождь. (Клацание пальцами).

Дождь усиливается. (Поочередные хлопки ладонями по груди).

Начинается настоящий ливень. (Хлопки по бедрам).

А вот и град – настоящая буря. (Топот ногами).

Но что это? Буря стихает. (Хлопки по бедрам).

Дождь утихает. (Хлопки ладонями по груди).

Редкие капли падают на землю. (Клацание пальцами).

Тихий шелест ветра. (Потирание ладоней).

Солнце! (Руки вверх).

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Методы получения знаний о ребенке».

Для того, чтобы лучше узнать своего ребенка, необходимо наладить с ним тесное взаимодействие. Ребенок обладает индивидуальностью, которую также нужно учитывать. Соответственно, получать информацию о ребенке можно с помощью таких методов, как:

1) Наблюдение.

Наблюдение помогает определить интересы, умения и потребности ребёнка, увидеть изменения в его развитии с течением времени. Оно помогает вовремя определить проблемы в физическом или психическом отклонении ребенка или, наоборот, увидеть его интересы и развить их (например, если родители видят, что ребенок имеет склонность к рисованию,

логичным будет отправить его в художественную школу).

2) Общение с ребёнком.

Ребенок школьного возраста – это уже вполне сформировавшаяся личность со своими интересами и потребностями. Первостепенная задача родителей – увидеть эту личность в своем ребенке. И порой для того, чтобы помочь ему справиться с той или иной проблемой, достаточно просто поговорить с ним. Кроме того, разговоры помогают родителям понять интересы своих детей, его точки зрения на те или иные вопросы, а это, безусловно, самым положительным образом позволяет выстраивать воспитательно-образовательный процесс и помогает выстраивать конструктивные детско-родительские отношения.

3) Совместные занятия.

Как и разговоры, совместные занятия помогают родителям и детям лучше узнать друг друга, а также сформировать более тесные отношения. Кроме того, во время совместной деятельности родитель может более пристально наблюдать за своим ребенком, ставить его в разные непредвиденные обстоятельства и следить за его реакцией (например, реакцией на победу или проигрыш в настольной игре) и корректировать, при необходимости, его поведение.

Таким образом, для того чтобы лучше понять своего ребенка, с ним нужно просто взаимодействовать, задавать ему вопросы. Хорошая практика такого взаимодействия – разговоры перед сном. Вашему вниманию предлагается список вопросов, которые помогут не только понять своего ребенка, но и сформировать с ним более тесные отношения.

Итак, вопросы:

1. Легко ли быть ребенком?
2. Легко ли быть взрослым?
3. Где живут сны?
4. А когда ты не спишь, где они?
5. Почему люди читают книги?

6. Кем хочешь быть, когда вырастешь?
7. Если бы у тебя была волшебная палочка, чтобы ты сделала?
8. Каким должен быть лучший друг?
9. Как можно наказывать детей и за что?
10. Чему бы ты хотел научиться?
11. Почему люди болеют?
12. Как бы ты хотела, что бы тебя баловали?
13. Хотела ли бы ты иметь брата или сестричку? Почему?
14. Твоя самая любимая игра? Как в нее играть?
15. Чего ты больше всего боишься?
16. Какой праздник ты любишь больше всего? Почему?
17. Почему люди обижаются? (Что может тебя обидеть?)
18. Что такое плохое и хорошее настроение?
19. Какой герой мультфильма (сказки) тебе нравится больше всего?

Почему?

20. Чем мальчики отличаются от девочек?
21. С кем тебе больше нравится дружить с мальчиками или с девочками? Почему?
22. Что ты любишь больше всего?
23. Что ты не любишь?
24. О чем мечтаешь?
25. Какая еда самая-самая вкусная на свете?
26. Что ты находишь удивительным в мире вокруг?
27. Что ты считаешь чудом?
28. Есть что-то такое, что ты не сделала и теперь жалеешь?
29. Что ты хочешь сделать в скором будущем?
30. От чего ты можешь заплакать?
31. Где тебе хорошо?
32. Что бы могли родители сделать для тебя, чтобы ты была счастливее?

33. Какой у тебя был простой день, не праздник, когда ты была счастлива?

34. Где лучше – когда едешь куда-то или дома?

35. Когда ты совсем одна, ты предпочитаешь делать?

36. Чего тебе не хватает?

37. Если бы ты могла что-то поменять в нашей семье, то что?

38. За что ты обижаешься на родителей?

39. За что ты любишь родителей?

40. Если бы ты могла помочь каким-то другим людям, что бы ты сделала?

41. Какой ты видишь себя через 10 лет?

42. Каким должен быть муж (жена)?

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий просит участников поделиться своим опытом и рассказать, какие методы они используют для того, чтобы узнать своего ребенка. Могут ли они сказать, что хорошо знают его? Почему? Также предлагает вспомнить, какие вопросы чаще всего задают родители своему ребенку после школы?

Записывает их на доске, затем делает вывод, какого типа вопросы наиболее распространены у родителей?

1) Общие вопросы: «Как дела в школе?» (наименее информативные и задаются больше «для галочки», а не чтобы понять ребенка);

2) Учебные вопросы: «Отвечал ли ты сегодня на уроке?», «Хвалили ли тебя учительница?», «Узнал ли ты сегодня что-нибудь интересное?» и т.п. (родителей интересует только учебный процесс);

3) Личностные вопросы: «Подружился ли ты с кем-нибудь сегодня?», «Какие 5 хороших вещей произошли сегодня в школе?», «Было ли тебе интересно?»;

4) Бытовые вопросы: «Что ты сегодня куша в столовой?», «Холодно ли в классе?», «Выходили ли вы на прогулку?».

Желательно, чтобы в расспросах о школе у родителей присутствовали все типы вопросов, кроме общих. Это даст наиболее полное понимание картины относительно самочувствия ребенка в школе.

5. Выполнение практических упражнений.

Упражнение «Я – ребенок».

Цель: попытаться родителям представить себя на месте своего ребенка в классе и прочувствовать его эмоции.

Родителям предлагается закрыть глаза и вспомнить себя в возрасте своего ребенка: какие чувства они испытывали, было ли им комфортно среди одноклассников, быстро ли они нашли друзей, хотели ли поскорее вернуться домой?

Это упражнение помогает родителям вспомнить свои чувства в начале обучения и понять важность своей поддержки в данный период.

2. Упражнение «Родитель и ребенок».

Цель: лучше понять мировоззрение ребенка, его мышление.

Ведущий предлагает выйти пару родителей, один родитель будет играть роль ребенка, второй – его родителя. От имени ребёнка родителю, используя его интонацию и ход мыслей, нужно рассказать, как он умудрился намочить всё, что только было возможно из своей одежды в единственной весенней луже, в тот момент, когда мама разговорилась с неожиданно подошедшей подругой.

Второму родителю нужно изобразить реакцию мамы, когда она увидела промокшего ребенка. Реакции могут быть разными:

- 1) Мама разозлилась и начала кричать;
- 2) Мама спокойно восприняла ситуацию.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

- Какие моменты понравились больше всего? Почему?
- С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 7. «Эффективно ли наше общение с ребенком?»

Цель: развить навыки выстраивания эффективной коммуникации между родителем и ребенком.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Нарисуй свое настроение».

Цель: осознание своего эмоционального состояния в конкретный момент через выражение его в образной форме.

Ведущий просит каждого участника нарисовать свое эмоциональное состояние и рассказать о нем.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Важность общения с родителями в жизни первоклассников. Ошибки и рекомендации».

Общение с родителем важно для младшего школьника как фактор социализации и развития личности. В этом возрасте опыт общения с близкими взрослыми определяет характер отношения ребёнка к другим взрослым и сверстникам.

Функции данного общения заключаются в:

1) развитии коммуникативных навыков. Общение с родителями помогает ребёнку научиться высказывать своё мнение, понимать и принимать точку зрения других людей;

2) формировании самооценки. Важно, чтобы ребёнок чувствовал доброжелательное отношение взрослого независимо от того, как тот в конкретной ситуации оценивает действия и умения ребёнка. Только в этом случае он будет охотно принимать советы и замечания взрослого;

3) помощи в развитии социальных правил и норм. Родители помогают ребёнку усвоить первые образцы поведения, которые потребуются ему для успеха в школе.

Однако часто при выстраивании общения со своими детьми родители допускают ряд серьезных ошибок.

1. Родители говорят ребёнку только то, что делать нельзя (и забывают про «можно»). Это вынуждает ребёнка пытаться самому разобраться, что же ему можно, через эксперименты, которые чаще всего выглядят как капризы. По реакции родителей на свои поступки он учится понимать границы дозволенного.

Важно помнить, что на каждое нельзя ребёнку нужно объяснять, что ему можно.

Все запреты и разрешения должны быть последовательными: если что-то нельзя, то это нельзя всегда, а если что-то можно, то это можно тоже всегда.

2. Детей нужно учить выражать чувства словами ещё до школы.

Ребёнка нужно обязательно учить говорить о своих чувствах словами, потому что иначе он будет выражать их капризами или агрессией. Единственный способ научить этому – родители должны говорить о своих чувствах в его присутствии. Дети могут выражать свои чувства уже с трёх лет, и это стоит всячески поощрять.

Самый хороший способ обучения – личный пример. Например, мама говорит о том, что она очень обижена, что ребенок не выполнил ее просьбу и не собрал портфель.

3. Общение через запугивание.

Часто родители (или бабушки и дедушки) используют в воспитании

страх и пытаются запугать ребёнка. Например, говорят что-то вроде «Не будешь спать, тебя ведьма заберёт» или «Будешь плохо себя вести, не заберём тебя из садика». Смешливый ребёнок с сильной нервной системой быстрой поймёт, что семья ему врёт. В результате он может не только перестать реагировать на подобные высказывания, но и прийти к выводу, что своих целей можно и нужно добиваться ложью. Есть и другой вариант развития событий – ребёнок может попросту поверить в эти запугивания, и тогда у него могут появиться фобии.

Ещё больше влияют страхи взрослых, которые постоянно боятся, что с ребёнком обязательно случится что-то плохое. В таких ситуациях обычно звучат фразы вроде «Не залезай в лужу – простудишься» или «Не гладь кошку – заразишься чем-нибудь». Некоторые дети воспринимают всё это всерьёз и рискуют стать такими же тревожными, как их родители. И даже начать придумывать «страшилки» и вообще обзавестись крайне пессимистичным взглядом на мир.

4. От ребёнка требуют того, чего родители сами не делают.

Это правило распространяется практически на всё. Если родители хотят, чтобы ребёнок звонил им и предупреждал, что задерживается в гостях у одноклассника, то сами должны звонить ему, когда задерживаются по каким-либо причинам.

И так во всем. Если родители лгут ребёнку, то с большой вероятностью он начнет лгать им. Если же родители хотят, чтобы ребёнок обсуждал свои проблемы и советовался с ними, им самим нужно обсуждать с ним свои проблемы и просить совета.

5. Взрослые считают интересы ребёнка мимолётными глупостями (и очень зря).

За первые 15 лет жизни ребёнок проходит огромный путь, и подобного насыщенного этапа в его жизни, скорее всего, уже не будет. Поэтому в жизни маленького ребёнка, а позже подростка всё имеет значение – глупые записки от одноклассников, рисование на полях, бабочка на цветке или пуговица от

платья, которое уже стало слишком мало.

Ребёнку важно, чтобы родители тоже относились к этим вещам серьёзно. Более того, для родителей это тоже важно, потому что эти вещи помогают им лучше понять своего ребёнка и, возможно, поддержать его в чём-то, что станет неотъемлемой частью его жизни. Например, сегодняшнее рисование на полях может через годы превратиться в архитектурные чертежи.

Таким образом, для того чтобы наладить конструктивное общение с ребенком, родители, во-первых, должны постараться избегать представленных выше ошибок, во-вторых, придерживаться следующих принципов:

- выделять время для общения – оно должно быть комфортно обеим сторонам;

- задавать открытые вопросы – такие, на которые нельзя ответить «да» или «нет». Например: «Какие уроки тебе нравятся больше всего?», «Как ты думаешь, как лучше всего провести выходные?»;

- не перебивать – разве что в случаях, когда надо подтвердить, что мысли ребёнка правильно поняты, и показать, что его действительно слушали.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий предлагает порассуждать, а что для родителей значит «эффективное общение с ребенком?». Просит участников поделиться своим опытом и рассказать, считают ли они общение со своим ребенком эффективным? Как выстраивают это общение? Есть ли у них какие-то традиции и ритуалы? Например, обязательные разговоры перед сном, разговоры о школе во время пути от школы до дома и т.д.

5. Выполнение практических упражнений.

Упражнение «Я – ребенок».

Цель: попытаться родителям представить себя на месте своего ребенка в классе и прочувствовать его эмоции.

Родителям предлагается закрыть глаза и вспомнить себя в возрасте своего ребенка: какие чувства они испытывали, было ли им комфортно среди одноклассников, быстро ли они нашли друзей, хотели ли поскорее вернуться домой?

Это упражнение помогает родителям вспомнить свои чувства в начале обучения и понять важность своей поддержки в данный период.

2. Упражнение «Золотая середина».

Цель: определить, какая позиция доминирует в общении между ними и ребенком: запреты, ограничения, уступки или разрешения.

Ведущий предлагает каждому участнику записать на листе бумаги свои требования и запреты по отношению к ребенку (постараться вспомнить все):

- 1) «Я запрещаю ребенку...»;
- 2) «Я разрешаю, но ставлю условия...»;
- 3) «Я не разрешаю, но иногда уступаю...»;
- 4) «Я разрешаю...».

Затем родители по цепочке или по желанию озвучивают свои записи. Делается общий вывод о позиции родителей к своим детям.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

- Какие моменты понравились больше всего? Почему?
- С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?
- Что оказалось самым трудным? Почему?
- Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 8. «Общение с ребёнком без конфликтов и ссор»

Цель: развить навыки бесконфликтного общения с ребенком.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Похвались соседом справа».

Цель: формирование дружественной атмосферы, совершенствование и развитие навыков социализации.

Участники рассаживаются в круг. И каждый по очереди говорит что-то приятное о своем соседе справа («Я горжусь знакомством с Аней, потому то она...»).

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Что такое бесконфликтное общение и его правила».

Бесконфликтное общение с ребёнком – это взаимодействие, при котором взрослый и ребёнок понимают друг друга, уважают чувства и потребности ребёнка, помогают ему находить пути решения проблем.

Бесконфликтное общение помогает научить ребёнка цивилизованно преодолевать разногласия, показать на собственном примере, как можно спорить, не унижая другого человека.

Бесконфликтное общение предполагает соблюдение определённых правил, использование определённых техник и избегание ошибок, которые провоцируют конфликты.

Для того, чтобы организовать общение с детьми без конфликтов психологи рекомендуют придерживаться следующих правил.

1. Правила, связанные с речью:

– активно слушать ребёнка, не перебивать, показывать, что понимаете его, и, даже если хочется, не прерывать;

– использовать «Я-сообщения». Вместо того, чтобы обвинять ребёнка в чём-то, выражать свои чувства и мнения. Например, вместо того, чтобы сказать: «Вы совсем не слушаете меня», можно сказать: «Я чувствую себя

расстроено и обиженно, когда вы не прислушиваетесь ко мне»;

– избегать обобщений, не делать выводов о поведении ребёнка на основе одного инцидента или действия, приводить в пример конкретные факты и ситуации.

2. Правила, связанные с поведением:

– поддерживать и подбадривать ребёнка без слов. Например, улыбнуться, обнять, погладить по плечу, кивать головой, смотреть в глаза, взять за руку;

– демонстрировать заинтересованность в том, что рассказывает ребёнок. Например, спросить: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом»;

– не связывать поступки и личность ребёнка. Если ребёнок поругался с кем-нибудь, обидел животное или намеренно сломал игрушку, это не означает, что он «плохой».

3. Правила, связанные с эмоциями:

– контролировать своё негативное эмоциональное состояние и не взваливать его в агрессивной форме на ребёнка. Вспыльчивость, нетерпимость, раздражение могут усугубить ситуацию;

– говорить о своих эмоциях. Рассказывать о том, что чувствуете, и поощрять ребёнка делать то же самое.

4. Правила, связанные с наказаниями:

– использовать конструктивные методы воздействия на ребёнка, которые помогают исправить поведение. Следует отказаться от физических наказаний (по возможности), угроз, оскорбительных действий;

– объяснять ребёнку, почему его поведение неправильно и как нужно вести себя в той или иной ситуации;

– ограничивать длительность наказания – всегда сообщать продолжительность дисциплинарной меры, иначе ребёнок вскоре потеряет взаимосвязь между нарушением и ограничением;

– наказывать ребёнка наедине – наказание должно касаться только

взрослого и ребёнка, чтобы не травмировать детскую самооценку.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий предлагает участникам подумать, на какой почве у них чаще всего возникают разногласия с ребенком, пытаются ли они как-то сгладить эти разногласия. Предлагает поделиться опытом, как в их семье стараются избегать конфликтов или преодолевать их. Наиболее интересные варианты записывает на доске.

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Что мешает, что помогает».

Цель: понять, какие качества родителей помогают и мешают им общаться с ребенком без конфликтов.

Родителям предлагается разделить лист бумаги на две колонки. В одной написать те качества, которые мешают им решать вопросы без конфликтов и провоцируют на конфликт, во второй – те качества, которые, наоборот, способствуют бесконфликтному общению. Затем определить, каких качеств больше. По желанию, родители озвучивают свои качества.

Можно предложить озвучить только те качества, которые помогают избежать или справиться с конфликтами.

2) Упражнение «Зато».

Цель: нахождение позитивных моментов в негативных ситуациях.

Ведущий по очереди называет какую-то неприятную ситуацию для участника, а родители (по цепочке или по желанию) должны найти в ней позитивный момент. Например:

1) Ребенок подрался в школе и родителя вызвали в школу.

2) Ребенок потерял сменку.

3) Ребенок обманул вас и сказал, что хорошо написал контрольную, хотя на самом деле получил плохую оценку.

4) Ребенок не выполнил домашнее задание.

3) Упражнение «Как разрешать конфликтные ситуации».

Цель: формирование умения грамотно и с пользой разрешать

конфликты, понимать, что всегда существует несколько вариантов поведения в конфликтных ситуациях.

Ведущий называет конфликтную ситуацию и предлагает участникам обдумать все возможные варианты её решения. Ответы записываются на доске. После проигрывания ситуаций обсуждают варианты, выбирая среди них приемлемые.

Некоторые конфликтные ситуации:

Родитель просит ребенка сесть за уроки, а тот говорит «сейчас» и продолжает играть в телефон.

Родитель просил ребенка прийти сразу после со школы, а тот забыл и заигрался с друзьями во дворе.

Ребенок получил двойку за контрольную работу.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 9. «Знаем ли мы мотивы своих детей?»

Цель: научиться понимать мотивы поведения своего ребенка.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Комплимент».

Цель: активизация участников программы, настрой на предстоящую работу, поднятие эмоционального фона группы.

Участники встают в круг и берутся за руки. Каждый участник, глядя в глаза соседу справа, говорит ему несколько добрых слов или хвалит за что-то. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» и дарит комплимент следующему человеку.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Мотивы детей и родителей – одинаковы ли они?».

Прежде, чем начать рассмотрение особенностей мотивов детей и родителей, важно понять, что же подразумевается под термином «мотив».

Мотив – это внутреннее побуждение к действию, которое определяет направленность поведения человека и придаёт его деятельности личностный смысл.

Когда мы пытаемся мотивировать ребенка на какое-то действие, очень часто мы в своей голове упускаем важную вещь, что наш мотив родителя и мотив нашего ребёнка рождаются из двух разных миров. Мы принадлежим к миру взрослых, ребёнок к миру детей. У нас свои взрослые потребности, свои желания, свои понимания, свой опыт, своя ответственность, обязательства, свои радости, свои удовольствия, у ребёнка в своём мире другое восприятие и жизни, и людей, и свои удовольствия, свои потребности и понимания, свои радости и интересы. В этих двух мирах и отношение к настоящему, к прошлому, к будущему, к важному и не важному, к ценному и не ценному разное.

Поэтому часто наши мотивы не имеет никакого отношения к мотиву ребёнка. И если в голове родителя эти два мотива слиты в один единственный, который видит он как родитель, то договориться и понять ребёнка не получится. Его можно продавать, настоять на своём, заставить, или впасть в бессилие и обиду, заставить его чувствовать вину, но услышать и договориться, нет.

И когда мы хотим, чтобы ребёнок что-то делал, опираясь только на свои родительские мотивы, считая это ценным для него, и думая, что он понимает эту ценность для этого действия, ситуации, его жизни, так же, как и мы её понимаем, то мы можем встретить сопротивление, борьбу или обречённое унылое повиновение.

Мотивы детей могут быть внутренними и внешними. В реальной жизни эти виды мотивации редко встречаются в чистом виде – как правило, у ребёнка присутствует сочетание различных мотивов.

Внутренняя мотивация основана на интересе к самой деятельности, на удовольствии, которое приносит процесс. Ребёнок испытывает радость от преодоления трудностей и достижения новых знаний.

Примеры:

1) Интерес к определённой области знаний – ребёнок может увлекаться астрономией, изучать динозавров или собирать монеты просто потому, что ему это нравится.

2) Творческое самовыражение – дети часто рисуют или занимаются музыкой не ради оценки, а потому, что это приносит им радость.

3) Чувство достижения – когда ребёнок решает сложную задачу или преодолевает трудности в обучении, он испытывает удовлетворение от собственного прогресса.

Внешняя мотивация связана не с самим процессом деятельности, а с внешними стимулами – оценками, похвалой, наказаниями, одобрением взрослых, сравнением с другими.

Примеры:

1) Награды – ребёнок получает сладости, игрушки или даже деньги за выполнение домашней работы и хорошие оценки.

2) Похвала – взрослые хвалят ребёнка за успехи, тем самым повышая его самооценку и увеличивая желание ещё больше стараться.

3) Конкуренция – участие в конкурсах или соревнованиях может служить внешним мотиватором.

При этом важно понимать, что внешняя мотивация обычно эффективна в краткосрочной перспективе и со временем теряет своё влияние.

Важную роль в формировании мотивации играют родители и учителя. Если взрослые акцентируют внимание только на результате, сравнивают с другими, наказывают за неуспех и поощряют только при видимом достижении, ребёнок формирует зависимость от внешней оценки. В такой системе он учится не для себя, а ради чужих ожиданий.

В качестве методов развития мотивации могут быть предложены следующие:

1) Предоставление ребёнку возможности выбора – например, предложение нескольких вариантов и предоставление возможности самостоятельно определиться с предпочтениями. Важно слышать и слушать своего ребёнка, понимать его мечты, детские приоритеты и уважать его выбор. Он может быть неверным, но это его решение. У человека с младенчества должно сформироваться понимание, что его поступки и успехи замечены и вознаграждены вниманием.

2) Поддержка инициативы и одобрение выбора – создание условий для исследовательской и игровой активности. Связь ребёнка с родителями очень крепка. Поддержка будет служить надёжной опорой в формировании мотивации. Ребёнок почувствует, что он не остался в одиночестве с возникшей проблемой.

3) Подчёркивание важности процесса, а не результата – поощрение ребёнка за старание и усилия, даже если результат оказался не таким, как он ожидал.

4) Постановка реалистичных целей – совместное обсуждение, чего ребёнок хочет достичь и как к этому прийти.

5) Обучение ребенка пониманию, что ошибки – это нормально и их не нужно бояться. Родители должны быть готовы поддержать и утешить ребёнка, когда он будет расстроен из-за того, что у него не вышло. Так они смогут создать положительную психологическую атмосферу, помогут

справиться с неудачей, а также сохранить тёплые доверительные отношения, что в будущем сподвигнет ребёнка на повторную попытку.

6) Поощрение. Целесообразно ввести систему маленьких поощрений – радостей, которыми родители будут поднимать настроение ребёнку на пути к цели. При этом важно помнить, что мотивирование не должно превратиться в манипуляцию.

7) Родитель – пример для ребёнка. Позитивный пример и совместная деятельность помогают без изнурительных бесед и чтения нотаций направить ребенка в нужное русло. Еврейская мудрость гласит: дети нас не слышат, дети на нас смотрят.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий предлагает участникам подумать, какие методы мотивации они используют для своих детей. Насколько эффективны эти методы. Наиболее интересные варианты записывает на доске.

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Дерево успехов».

Цель: формирование у родителей пониманий об успехах своего ребенка.

Ведущий предлагает родителям на листе бумаги нарисовать дерево с довольно крупными листочками и на каждом из них написать, какие успехи своего ребенка они заметили за последние 2 месяца. Затем родители по цепочке или по желанию озвучивают успехи своего ребенка.

Ведущий предлагает повесить такое дерево в комнате ребенка или возле его рабочего места и оставить на нем несколько пустых листочков, в которые можно будет постепенно записывать новые достижения ребенка, чтобы он мог наглядно видеть свои достижения, и они его мотивировали.

2) Упражнение «Что выберет ваш ребенок?».

Цель: научиться ставить себя на место своего ребенка и выбирать в выборе мотивов.

Ведущий предлагает родителям ознакомиться с несколькими мотивами

и предлагает каждому родителю ознакомиться с ними и порассуждать, встав на место своего ребенка, какой мотив для него будет наиболее предпочтительный.

Мотивы на поддержание чистоты в своей комнате целую неделю.

- 1) Дополнительный час игры в компьютер.
- 2) Шоколадка / пицца / мороженое (то, что любит ребенок).
- 3) Поездка в кинотеатр / кафе / парк аттракционов.
- 4) Возможность пригласить друзей в гости с ночевкой.
- 5) Возможность пропустить один день в школе.
- 6) Возможность устроить киноужин и посмотреть всей семьей фильм.

Можно предложить родителям обсудить после занятия дома с ребенком мотивы и проверить, насколько родители были правы. Полученные результаты обсудить на следующем занятии.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги.

Задаёт вопросы:

- Какие моменты понравились больше всего? Почему?
- С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?
- Что оказалось самым трудным? Почему?
- Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 10. «Мы разговариваем, но слышим ли мы?»

Цель: научиться слушать и слышать ребенка.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает правила занятия и важность их соблюдения.

2. Разминка.

Цель: формирование умения чётко и понятно передавать информацию, а также умения слышать ее.

Одному участнику из группы предлагается посмотреть рисунок, составленный из геометрических фигур. Его задача – объяснить другим участникам (художникам), что нужно нарисовать, не называя образ рисунка (ёлка, дом), а называя лишь фигуры, из которых этот рисунок состоит.

«Художники» изображают по описанию предмет и демонстрируют его группе.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Почему в коммуникации с ребенком важно слушать и слышать его».

Довольно часто в общении с ребенком мы вроде слушаем его, но не слышим. Мы не придаем значение его страхам и обидам, погружаемся в собственные проблемы. Между тем, умение слушать и слышать ребенка являются залогом успешной коммуникации, без которого она просто не имеет смысла.

Уметь слушать и слышать ребёнка – это значит уделять ему внимание, понимать его мысли и чувства, принимать его как человека.

Важность умения слушать и слышать ребёнка обусловлена тем, что она помогает:

1) Строить доверительные отношения между родителем и ребенком. Когда ребёнок чувствует, что его слушают и понимают, он начинает доверять родителям. Он может поделиться с ними своими проблемами, не боясь осуждения или критики.

2) Ребёнку развиваться. Выслушивая ребёнка, родители помогают ему развивать свои когнитивные и эмоциональные навыки. Ребёнок учится выражать себя, анализировать ситуации, принимать решения.

3) Узнавать о потребностях и проблемах ребёнка. Слушая ребёнка, можно вовремя заметить, что его беспокоит, что ему нужно, что ему мешает. Это позволяет оказывать ребёнку поддержку и помощь в нужный момент.

4) Укреплять самооценку ребёнка. Когда ребёнок чувствует, что его мнение важно, его самооценка повышается. Он понимает, что его уважают и ценят, что он значим.

5) Учиться у ребёнка. Дети – это мудрые и искренние существа. Слушая их, можно узнать много нового о мире, о себе и о жизни.

Умение слушать и слышать ребенка определяет необходимость развития у родителя следующих навыков:

1) Сохранять визуальный контакт с ребёнком во время разговора. Важно внимательно следить за тем, что говорит ребёнок, чтобы правильно понять смысл его рассказа.

2) Не прерывать речь ребёнка. Нужно помочь ему выразить свои чувства и эмоции. Высказывать своё мнение следует только тогда, когда ребёнок окончательно изложил свою позицию.

3) Задавать вопросы. Это поможет выяснить, какую обратную связь хочет получить ребёнок. Вопросы не должны быть попытками дать совет, убедить или заставить изменить мнение ребёнка.

4) Переформулировать в ответ то, что сказано. Эта техника называется активным или рефлексивным слушанием.

5) Соблюдать паузы. Не нужно стараться заполнить тишину словами, лучше дать ребёнку возможность спокойно переварить свои эмоции.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий предлагает участникам подумать и поделиться своими мыслями о том умеют ли они слышать и слушать своего ребенка. Возможно, поделиться примерами, когда умение слушать ребенка оказалось чрезвычайно полезным. Например, когда ребенок жаловался на боль в ухе, но при этом был достаточно бодр, родитель не проигнорировал его жалобы, а принял их и отвез ребенка в неотложку, а так у него обнаружился сильный отит. Как он проявляет навыки эффективного слушания? Насколько важным для себя как для родителя считает этот навык?

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Правильные вопросы».

Цель: развитие внимательности, умения так выстроить общение, чтобы, не задавая прямых вопросов, узнать необходимую информацию.

Ведущий предлагает участникам группы разбиться на пары. При этом, в зависимости от ситуации, оцениваемой ведущим, они могут разбиться на пары самостоятельно, исходя из взаимных симпатий и интересов или по решению самого ведущего. При работе в паре сначала один из собеседников должен узнать, какая мечта у его партнера, а затем другой собеседник – самый запоминающийся момент из жизни партнера. Каждый из них ограничен только тем, что не может задать прямой вопрос: «какая у тебя мечта?» или «какой самый запоминающийся момент был у тебя в жизни?», в остальном они могут задавать совершенно разные вопросы. Потом в общей группе каждый из участников делится тем, что он узнал о собеседнике и как быстро ему удалось это сделать.

2) Упражнение «Какие чувства?».

Цель: развитие умений верно интерпретировать чувства собеседника.

Ведущий предлагает участникам поделиться на пары, в каждой из которых один рассказчик, который должен пересказать сказку репка, а второй – слушатель. Рассказчику ведущий предлагает ситуацию: например, рассказывать так, как будто он торопится на день рождения и хочет поскорее отделаться от собеседника или рассказывать, словно тянет время и хочет подольше побыть с собеседником, рассказывать, как будто рассказчик рад, горд, грустит, обижен и т.д. При этом слушатель, как и все другие участники, не знает, какие чувства и эмоции вкладывает в рассказ рассказчик, его задача – угадать их, а аудитории – подтвердить или опровергнуть, предложив свой вариант.

3) Упражнение «Самый внимательный».

Цель: развитие произвольного внимания, умения слушать говорящего.

Суть этого упражнения заключается в том, что участники слушают небольшой отрывок из литературного произведения, а потом ведущий задает

им различные вопросы, связанные с рассказом, чтобы посмотреть, насколько они были внимательны.

В качестве примера предложен следующий отрывок:

Том появился на тротуаре с ведром извести и длинной кистью в руках. Он оглядел забор, и всякая радость отлетела от него, а дух погрузился в глубочайшую тоску. Тридцать ярдов дощатого забора в девять футов вышиной! Жизнь показалась ему пустой, а существование – тяжким бременем. Вздыхая, он окунул кисть в ведро и провел ею по верхней доске забора, повторил эту операцию, проделал ее снова, сравнил ничтожную выбеленную полосу с необозримым материком некрашеного забора и уселся на загородку под дерево в полном унынии...

Он начал думать о том, как весело рассчитывал провести этот день, и скорбь его умножилась. Скоро другие мальчики пойдут из дому в разные интересные места и поднимут Тома на смех за то, что его заставили работать, – одна эта мысль жгла его, как огнем. Он вынул из кармана все свои сокровища и произвел им смотр: ломаные игрушки, шарики, всякая дрянь, – может, годится на обмен, но едва ли годится на то, чтобы купить себе хотя бы один час полной свободы. И Том опять убрал в карман свои тощие капиталы, оставив всякую мысль о том, чтобы подкупить мальчиков. Но в эту мрачную и безнадежную минуту его вдруг осенило вдохновение. Не более и не менее как настоящее ослепительное вдохновение!

После прочтения отрывка можно предложить слушателям следующие вопросы:

1. Какой размер был у забора?
2. Какой краской Том красил забор?
3. Почему, по мнению Тома, его поднимут на смех другие мальчишки?
4. Куда уселся Том?
5. Что было в карманах у Тома?

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги.

Задаёт вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 11. «Помогаем детям получать удовольствие от школы»

Цель: сформировать умения развивать положительное отношение и интерес ребенка к разным видам деятельности и мотивировать его на учебу.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает о правилах занятия и важности их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Подходи так, как...».

Цель: расслабление, повышение настроения.

Ведущий предлагает участникам представить себя школьниками и пройти с разным настроением – так, как будто:

- они получили свою первую пятерку;
- получили двойку;
- идут после урока физкультуры;
- идут домой после уроков;
- идут в школу;
- идут на первосентябрьскую линейку;
- идут домой после последнего урока в году перед летними каникулами.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия –

«Причины отсутствия интереса у детей к школьному обучению и как родители могут помочь в этом вопросе?».

Далеко не все современные дети испытывают интерес к школе и мотивированы на успешное обучение. И для этого есть ряд причин, среди которых:

1) Переизбыток информации и стимулов. Дети растут в мире, где каждый день появляются новые образы и впечатления, а школа с её монотонной подачей и строгими рамками может вызывать переутомление нервной системы.

2) Школа не соответствует потребностям современного ребёнка. Большинство школ строятся по модели индустриальной эпохи: жёсткий контроль, обезличенные знания, оценки вместо рефлексии.

3) Нарушения привязанности и эмоционального контакта. Если ребёнок не чувствует поддержки дома или имеет тревожный тип привязанности, ему сложно включиться в процесс учёбы.

4) Выгорание и стресс. Особенно если с раннего возраста ребёнок посещает несколько кружков, а дома выполняет дополнительные задания.

5) Травматичный опыт в школе. Конфликт с учителем, унижение перед классом, травля, неудача – всё это может привести к исчезновению мотивации.

6) Отсутствие смысла. Ребёнок не понимает, зачем ему изучать некоторые предметы, если он не планирует их использовать в своей будущей работе.

7) Семейные установки и тревога родителей. Если дома звучат фразы типа «Учёба – это всё», «Не будешь учиться – станешь дворником», «Учись, потому что надо» – у ребёнка формируется мотивация страха, а не интереса.

8) Цифровая зависимость и быстрый дофамин. Дети привыкают к мгновенному вознаграждению, а учёба – медленный процесс, и он начинает казаться скучным и «бесполезным».

9) Нарушения нейропсихологического развития. Дети с особенностями

внимания, переработкой сенсорной информации, СДВГ, тревожными расстройствами – часто испытывают сложности в обучении.

В качестве способов, которые могут помочь родителям улучшить настроение ребёнка и мотивировать его на обучение можно предложить:

1) Создать положительный настрой. Важно обращать внимание на состояние и настроение ребёнка, отправлять его в школу выспавшимся, сытым и отдохнувшим. Также полезно помочь ребёнку настраиваться на занятия, вызывая у него интерес к предмету.

2) Не запрещать увлечения. Поддерживать всё то, что может положительно повлиять на эмоциональное состояние и интерес ребёнка к учёбе. Например, если ребёнок интересуется космосом, можно сводить его в планетарий, повесить в комнате карту звёздного неба, купить тематические книги.

3) Вдохновлять положительными примерами. Можно рассказывать об успешных людях и их способах достижения целей. Такие истории способны замотивировать ребёнка.

4) Не отказываться от общения. Важно не игнорировать ребёнка, даже если его высказывания кажутся глупыми, а давать развёрнутые ответы, содержащие полезную информацию.

5) Быть примером. Нужно показать, что родители сами постоянно учатся чему-то новому, рассказать, что даёт учёба. Пусть ребёнок видит, что обучение – это не только обязанность, но и удовольствие.

6) Помогать в сложных ситуациях. Нужно разбирать ситуацию вместе, показывать, что родители заодно и всегда готовы поддержать ребёнка.

7) Хвалить за успехи. Важно отмечать любые достижения и одобрять даже маленькие шаги в правильном направлении.

8) Предоставить личное время. В течение дня у школьника обязательно должна быть возможность заниматься чем угодно по его собственному выбору.

9) Организовать график. Желательно составить график учёбы в

письменном или печатном виде, в таком, который будет понятен ребёнку.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий просит родителей рассказать, каким образом они стараются привить ребёнку любовь к школе и мотивировать на успешное обучение? Считают ли они необходимым делать это? Наиболее интересные примеры мотивации и привитие интереса детей к школе учитель фиксирует на доске.

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Школьные дела».

Цель: развитие позитивного отношения к школьной жизни, повышение мотивации на обучение к школе.

Ведущий просит каждого родителя по очереди высказаться о том, какие школьные дела были для него самыми интересными и помогли в жизни или оставили позитивные воспоминания.

Родители рассказывают.

Затем ведущий говорит о том, что это упражнение они могут проделать с ребёнком дома в двух направлениях. Во-первых, рассказать детям о том, что рассказали здесь. Во-вторых, каждый день после школы спрашивать, чего интересного и приятного сегодня было в школе. Важно сделать акцент на позитив. И не важно, в каком ключе он будет. Возможно, самым приятным делом сегодня у ребёнка в школе было съесть в столовой гороховый суп.

2) Упражнение «Для чего учиться в школе?».

Цель: выявление как можно большего количества причин для школьного обучения.

Родителям предлагается по очереди называть причины, зачем их ребёнку нужно ходить в школу. При этом причины могут быть самые разные и не имеющие к процессу обучения никакого отношения (например, даже для того, чтобы поесть в школьной столовой горячий обед).

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги.

Задаёт вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 12. «Учимся планировать свое время и помогаем в этом ребенку»

Цель: развить умения правильно планировать свое время, пунктуальность, самодисциплину и учить этому ребенка.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает о правилах занятия и важности их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Я горжусь собой за то, что я...».

Цель: повышение уверенности в себе как родителя школьника.

Ведущий предлагает каждому участнику высказаться о том, за что он гордиться собой как родитель школьник (например, за то, что помог ребенку обрести уверенность в себе, за то, что ребенок не болеет, у ребенка хорошее настроение и т.д.)

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Зачем нужен распорядок дня школьнику и как помочь ему его наладить?».

С переходом ребенка на новую ступень обучения у него полностью меняется жизнь. И это создает определённый дискомфорт. Для того, чтобы снизить этот дискомфорт и привнести в новую среду элемент стабильности, а также для того, чтобы максимально эффективно организовать время ребенка,

необходимо придерживаться распорядка дня.

Распорядок дня младшему школьнику нужен для гармоничного развития ребёнка, поддержания его физического и психического здоровья, а также обеспечения успешной учёбы. Это чёткое расписание, в котором отведено отдельное время каждой активности: сну, отдыху, учёбе, занятиям спортом и не только.

Распорядок дня помогает:

- формировать здоровые привычки – регулярное время сна, приёма пищи, занятий и отдыха создаёт фундамент для полезных привычек;
- оптимизировать умственную деятельность – чёткий режим позволяет мозгу работать более эффективно, улучшает концентрацию внимания, память и способность к обучению;
- поддерживать физическое здоровье – регулярные физические нагрузки, правильное питание и достаточный сон укрепляют иммунитет, способствуют нормальному росту и развитию;
- снижать уровень стресса – предсказуемость и структурированность режима дают ощущение безопасности и контроля;
- развивать самодисциплину и ответственность – соблюдение режима дня учит ребёнка планировать своё время, быть ответственным за свои действия.

При составлении распорядка дня для младшего школьника важно учитывать его индивидуальные особенности и интересы. В качестве важных рекомендаций в этом вопросе имеет смысл отметить следующие:

- время на сон – школьникам младших классов необходимо 9-11 часов сна, ложиться спать и просыпаться желательно в одно и то же время, даже в выходные дни;
- питание – 3 основных приёма пищи (завтрак, обед, ужин) и 1-2 перекуса;
- учебная деятельность – уроки и домашние задания должны чередоваться с короткими перерывами (5-10 минут каждые 30-40 минут);

- физическая активность – минимум 1 час умеренной или интенсивной физической активности в день (спортивные секции, прогулки на свежем воздухе, игры на улице);

- свободное время – важно выделять время для отдыха, хобби, общения с семьёй и друзьями.

Чтобы ребёнок захотел соблюдать режим, лучше не навязывать ему строгий график, а объяснять, почему стоит придерживаться расписания. Некоторые способы контролировать соблюдение распорядка:

- использовать визуальные подсказки – нарисовать вместе красочный плакат с расписанием и повесить на видное место;

- следить за соблюдением графика с помощью наклеек – если ребёнок выполнил пункт, напротив этой строчки можно наклеить зелёную звёздочку, если нарушил режим – красную;

- объяснить ребёнку, какие бонусы он получит за соблюдение графика и какие последствия будут при нарушениях.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий просит родителей рассказать, придерживаются ли они распорядка дня сами и организуют ли для своего ребенка? Считают ли они нужным придерживаться распорядка дня? Почему? Какие особенности и методы организации распорядка дня они используют?

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Продолжи предложение: «самодисциплина – это...»».

Цель: развитие понимания значения такого термина, как самодисциплина, понимание важности самодисциплины для комфортного обучения в школе.

Участникам предлагается закончить предложение «самодисциплина – это», затем озвучить его и обосновать сформулированное окончание.

2) Упражнение «Что мне мешает, что помогает».

Цель: определение личных качеств, а также объективных причин, мешающих развитию самодисциплины родителя и ребенка.

Ведущий просит участников определить, что мешает им организовать распорядок дня и развить самодисциплину сначала у себя, а потом у своих детей. Записать причины и потом озвучить. Наиболее интересные и распространённые причины ведущий пишет на доске.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 13. «Учимся поддерживать своего ребенка и формировать у него уверенность в себе»

Цель: научиться методам поддержки своего ребенка.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает о правилах занятия и важности их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Я горжусь своим ребёнком».

Цель: развитие гордости за своего ребенка, умения находить его позитивные стороны и достижения.

Ведущий предлагает каждому участнику по цепочке высказаться о том, за что он гордится своим ребенком.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Кто такой поддерживающий родитель?»

Мы часто слышим, что ребенку в любом возрасте, особенно в период начала школьного обучения, необходима поддержка родителей. Но кто такой поддерживающий родитель?

Поддерживающий родитель – это родитель, который даёт ребёнку то, что необходимо для полноценного роста и гармоничного развития. Он обеспечивает не только физический комфорт, но и эмоциональный – через одобрение, подбадривание.

Поддерживающий родитель вселяет в ребёнка веру в него самого. И в то же время он сам постоянно не тревожится за ребёнка, не контролирует его 24/7, так как доверяет ребёнку. Такой родитель подобен зеркалу, в котором ребёнок отражается и понимает: «Я нужен, меня замечают, меня любят».

Учёные выяснили, что поддерживающее поведение родителей не только помогает ребёнку в конкретной ситуации, но и создаёт преимущества для дальнейшей. Дети поддерживающих родителей лучше ладят с окружающими, справляются со стрессовыми ситуациями, управляют своими эмоциями и поведением. Кроме того, родительская поддержка делает подростков более социально активными, в то время как родительский психологический и поведенческий контроль способствует антисоциальному поведению и повышает риск депрессии.

Родителям важно поддерживать ребёнка по нескольким причинам:

1) Влияние на самооценку и уверенность в себе. Когда ребёнок чувствует поддержку, он верит в себя и свои способности, что даёт ему возможность раскрыть потенциал.

2) Помощь в преодолении трудностей. Дети, которые ощущают родительскую поддержку, легче преодолевают трудности, так как знают, что ошибки – это часть жизни и что можно всегда попробовать снова.

3) Развитие социальных навыков. Поддержка помогает детям развивать общение, сотрудничество и эмпатию. Когда ребёнок чувствует, что его поддержат в любой ситуации, он чувствует себя более комфортно в обществе других людей и формирует здоровые отношения.

4) Поддержка в обучении. Если родители вовлечены в учебный процесс детей и оказывают поддержку в нём, дети демонстрируют лучшие академические результаты и более высокую мотивацию.

5) Создание крепкой эмоциональной связи. Поддержка со стороны родителей необходима для эмоционального благополучия, социальной адаптации и интеллектуального развития ребёнка.

Как стать поддерживающим родителем? Для этого психологами определено несколько рекомендаций:

1) Верить в ребёнка и доверять ему, а не контролировать каждый его шаг и минуту в интернете.

2) Если хвалить, то за дело, а не за то, что ребёнок красивый (умный, любимый...).

3) Если наказывать, то за поступки, а не за то, что ребёнок не соответствует ожиданиям. Многие дети не понимают причинно-следственной связи между поступком и наказанием: «Я же десять раз до этого так делал, а тут заметили и наказали – что-то пошло не так в этой схеме с родителями».

4) Помнить, что наказание, если оно необходимо, должно быть именно в той плоскости, в которой происходит нарушение. Нельзя лишать сына прогулки за то, что он подрался с одноклассником. А вот за то, что пришёл домой слишком поздно, – можно. А в случае конфликта с одноклассником не нужно спешить с наказанием, а стоит сначала выяснять причину, по которой это произошло, и решить, что можно сейчас сделать, чтобы не уйти в более глубокий конфликт. Если правда не на стороне вашего ребёнка (так тоже бывает), то стоит донести до него мысль, что надо помириться и извиниться перед этим одноклассником.

5) Разбираться в причинах поступков ребёнка, а не спешить осуждать и принимать репрессивные меры. Например, ребёнок врёт. Проще всего его сразу наказать, но проблему таким образом не решить. Поддерживающий родитель сначала разберётся, что такого случилось в жизни ребёнка, что ему

приходится врать. Возможно, ему страшно, он боится наказания. Разобравшись, родитель поддержит ребёнка, постарается разрешить ситуацию, показать ребёнку, что правду говорить безопасно.

6) Замечать даже малейшие изменения в поведении или достижениях ребёнка, не оставаться равнодушным. Очень обидно для ребёнка, когда он говорит: «У всех по контрольной двойки, а мне поставили тройку», а папа либо ничего не говорит, либо бросает мимоходом: «Нашёл, чем хвастаться!» Поддержкой станут слова: «Здорово, значит, в следующий раз и четвёрку получить сможешь!».

7) Твёрдо придерживаться определённых правил в воспитании. Это даёт ребёнку уверенность в завтрашнем дне. Даже если родителя вызывают в школу, он не набросится на ребёнка, не позволит учителю его ругать, а предложит поговорить с учителем наедине, без ребёнка. А потом уже будет со своим ребёнком разбирать ситуацию.

8) Организовать для ребёнка поддерживающее пространство, где ему комфортно, он может соблюдать режим, вовремя ложиться спать, не делать уроки допоздна, ежедневно гулять, эмоционально не перегружаться.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий просит родителей рассказать, как они поддерживают своего ребенка? Наиболее интересные примеры записывает на доске.

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Твой ребенок замечательный».

Цель: повышение у родителей гордости за своего ребенка.

Один из участников становится в круг и каждый по очереди говорит о его ребенке что-то хорошее (это может быть комплимент его личным качествам, внешности, интеллекту или каким-то умениям). В течение занятия каждый из участников получает возможность узнать о своем ребенке что-то хорошее от других родителей.

2) Упражнение «Ладони».

Цель: повышение оценки родителем своего ребенка через анализ его

достоинств.

Ведущий предлагает участникам обвести свою ладошку на листе бумаги. В центре написать имя своего ребенка, а на каждом пальчике – его положительные качества, принятие и понимание которых поможет повысить его самооценку.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 14. «Как помочь детям снизить тревожность?»

Цель: научиться методам снижения тревожности у детей, преодоления стрессовых состояний у детей, связанных со школой.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага, доска, мел, рабочая тетрадь для родителей.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает о правилах занятия и важности их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка «Сигнал».

Цель: развитие внимания и быстроты двигательной реакции, настрой на занятие.

Участники стоят в кругу, достаточно близко, и держатся за руки за спиной друг друга. Ведущий посылает сигнал в виде последовательности

быстрых или более длинных, лёгких или сильных пожатий. Сигнал передаётся по кругу, пока не вернётся к ведущему.

В качестве усложнения можно посылать несколько сигналов одновременно, в одну или в разные стороны.

3. Проведение мини-лекции, посвященной теме занятия – «Причины стресса и тревоги у младших школьников, возможности семьи в снижении тревожных состояний у детей».

Довольно часто у детей младшего школьного возраста наблюдаются стрессовые и тревожные состояния.

Что же представляют собой данные состояния?

Стресс – это напряжённое состояние, комплекс реакций психики человека на неблагоприятное воздействие различных физических или психологических факторов. У стресса есть чёткая причина: болезнь, травма, сложная ситуация и другие факторы. Стресс обычно носит временный характер: по устранении внешнего раздражителя симптомы нервного напряжения угасают сами собой.

Тревога – это отрицательно окрашенная эмоция, которая определяется предчувствием, постоянным чрезмерным беспокойством в ожидании чего-то негативного, опасного. В отличие от стресса, тревога не проходит даже при отсутствии стрессора, то есть внешнего триггера.

Стресс и тревога у младших школьников могут быть вызваны различными факторами, которые связаны с школьной обстановкой, семейными обстоятельствами, социальным окружением и физиологическими особенностями ребёнка.

Среди школьных факторов проявления стресса и тревоги у младших школьников выделяются:

- 1) адаптация к школе: новая среда, правила, нормы становятся источником неопределённости и тревоги;
- 2) учебные перегрузки, неспособность школьника справиться с учебной программой;

3) неблагоприятные отношения с педагогами. Например, авторитарный стиль общения или непоследовательность требований и оценок;

4) регулярно повторяющиеся оценочные ситуации. Например, ответ у доски, контрольная работа, публичное выступление;

5) перфекционистское мышление – установка для себя нереально высоких стандартов, боязнь совершить ошибку или не оправдать ожидания.

В качестве семейных факторов проявления стресса и тревоги у младших школьников выделяются:

1) завышенные требования к ребёнку, догматическая система воспитания, не учитывающая собственную активность ребёнка, его интересы, способности и склонности;

2) жёсткий контроль – строгая система норм и правил, отступление от которых влечёт за собой порицание и наказание;

3) ориентирование ребёнка на высокие, непосильные достижения в различных видах деятельности, но не учёт интересов и возможностей ребёнка.

4) симбиотические отношения с одним из родителей (например, матерью) – родитель пытается оградить ребёнка от трудностей, что приводит к беспокойству, когда ребёнок остаётся без матери.

Стресс и тревожность, связанные с социальным окружением:

1) страх быть отвергнутым новым школьным окружением. Дети могут испытывать тревогу из-за страха не быть принятыми или не уметь взаимодействовать со сверстниками;

2) недостаток общения в классном коллективе и отсутствие иных способов взаимодействия со сверстниками;

3) осуждения, упреки, насмешки со стороны сверстников и взрослых, которые могут провоцировать тревожность.

Физиологические особенности:

1) повышенная чувствительность ребёнка, плохой самоконтроль, сверхвозбудимость. В школе происходит стандартизация условий жизни, и

индивидуальные особенности становятся особенно заметными;

2) неблагоприятный эмоциональный опыт – тревожный ребёнок запоминает преимущественно неблагоприятные, неуспешные события, что порождает состояние аффективной напряжённости и беспокойства.

Семья может снизить уровень стресса и тревоги у младших школьников с помощью следующих направлений:

1) Создание благоприятной атмосфере в семье, тем самым обеспечивая ребенку эмоциональную поддержку, слушать ребёнка, давать понять, что его чувства важны. Кроме того, создать благоприятную атмосферу в семье родители могут, будучи последовательными в вопросах воспитания, не запрещая без причин то, что разрешалось раньше. Не ругать и не стыдить ребёнка, не высмеивать его беспокойства и страхи. Повышать самооценку – чаще хвалить ребёнка, акцентировать внимание на достоинствах, отмечать успехи.

2) Формирование режима дня за счет:

– совместно разработанного расписания с учётом учебных занятий, внеклассных мероприятий, отдыха и сна;

– выделения времени для отдыха – даже если у ребёнка есть внеклассные занятия, важно находить время для игр.

– ограничения количества дополнительных занятий в период адаптации в школе – дать ребёнку время привыкнуть к основной нагрузке.

3) Общение:

– поощрять открытое общение – приучать ребёнка делиться своими переживаниями и опасениями;

– говорить поддерживающие фразы – например, «Я вижу, ты расстроен, давай обсудим»;

– развивать навыки решения конфликтов – помочь ребёнку научиться анализировать ситуации, искать решения и принимать взвешенные решения;

– учить переформулировать негативные мысли в позитивные – например, вместо «я ничего не понимаю» – «я пока не понимаю, но

разберусь».

4) Использование упражнений:

- обучить ребёнка простым техникам релаксации – глубокому дыханию, медитации или прогрессивной мышечной релаксации;
- использовать телесные методы – например, массаж рук, который снижает уровень кортизола;
- научить выражать эмоции – рисовать: «Покажи, что ты чувствуешь», играть в «роли»: «Давай представим, что эта подушка – твой обидчик»;
- создать «коробку храбрости», куда складывать все достижения ребёнка: рисунки с изображением побед над страхами, записки с добрыми словами, маленькие символические подарки. В трудные моменты доставать содержимое и напоминать о силе ребёнка.

4. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий просит родителей поделиться информацией о том, наблюдают ли они у своего ребенка проявления стресса и тревоги, связанные со школой. Поделиться своим опытом решения данной проблемы.

5. Выполнение практических упражнений.

1) Упражнение «Приятное воспоминание».

Цель: знакомство с одним из методов овладения своим волнением.

Участникам предлагается представить ситуацию, в которой каждый из них испытывал полный покой, расслабление, и представить её как можно ярче.

Данный метод позволят переключить внимание и сосредоточиться на чем-то позитивном.

Ведущий предлагает родителям проводить подобное занятие с детьми.

2) Упражнение «Использование роли».

Цель: снижение тревожности.

Ведущий говорит о том, что в трудной ситуации можно преодолеть тревожность, если представить себе образ для подражания (например, любимого киногероя), войти в эту роль и действовать как бы «в его образе».

Предлагает потренироваться и разыграть сценку, например, сдать экзамен по физике, представляя себя Альбертом Эйнштейном.

С данным упражнением родителям также предлагается ознакомить детей.

3) Упражнение «Репетиция у доски».

Цель: снятие тревожности и страха ответа.

Ведущий предлагает проиграть с родителями ситуацию, как будто они, вместо своих детей, отвечают у доски, а он (или кто-то из других родителей) исполняет роль «строгого учителя», «насмешливого одноклассника».

Ведущий говорит родителям, что такая репетиция дома поможет ребенку справиться с волнением и лучше проявить себя при ответе.

6. Рефлексия.

Ведущий благодарит участников за занятие. Подводит его итоги. Задает вопросы:

Какие моменты понравились больше всего? Почему?

С пользой ли для них прошло сегодняшнее занятие?

Что оказалось самым трудным? Почему?

Смогли ли участники узнать для себя что-то новое?

Занятие 15. «Чему мы научились?»

Цель: подведение итогов, получение обратной связи по итогам занятий программы от участников.

Материалы и оборудование: стулья по количеству участников, столы, ручки (карандаши) по количеству участников, бумага, полосы бумаги зеленого, красного, черного и белого цветов.

1. Организационный момент. Вхождение в тему, освещение правил работы на занятии.

Ведущий приветствует участников. Освещает тему занятия и его цель. Напоминает о правилах занятия и важности их соблюдения.

2. Разминка.

Упражнение-разминка с предыдущих занятий по выбору участников.

Цель: настрой на занятие.

3. Обсуждение и обмен опытом.

Ведущий просит участников дать ответ на вопрос: нужны ли в школе мероприятия и занятия, подобные тем, что они посещали, или это пустая трата времени. Обосновать свой ответ.

4. Упражнения на формирования умений и навыков в рамках темы занятия.

1) Упражнение «Чемодан».

Цель: получение обратной связи от группы на свое поведение в ходе занятий.

Каждый из участников по очереди выходит за дверь на несколько минут. В это время все остальные собирают ему «чемодан» – путем групповой дискуссии выделяют по 3 положительных и отрицательных качества, которые данный участник проявил в ходе программы, и записывают их. Затем участник возвращается в аудиторию и ему вручается в сложенном виде листочек со списком качеств. Разворачивать и читать его разрешается только после окончания занятия.

2) Упражнение «Шляпы».

Цель: структурирование обратной связи.

Участники разбиваются на 4 подгруппы. Каждая из подгрупп выбирает представителя, который вытягивает жребий – бумажку, на которой написан «цвет шляпы», достаемой подгруппе. Когда шляпы распределены, дается задание: каждой из подгрупп подготовить отзыв о прошедшей программе исходя из следующих значений цветов:

Зеленая шляпа. Охарактеризовать программу с позиции разума. Какие знания и умения она дала, что представляется наиболее полезным, а что не очень? Где и как можно использовать полученные знания и умения?

Красная шляпа. Описать программу с позиции эмоций и чувств. Что вызвало положительные переживания, а что – отрицательные? Какие

упражнения были самыми яркими в эмоциональном плане?

Черная шляпа. Дать отрицательную обратную связь: отметить, что не понравилось, оказалось неприятным, скучным или бесполезным, что следовало бы сделать по-другому.

Белая шляпа. Дать положительную обратную связь: отметить, что понравилось на программе, что удалось, было полезным, в чем участники видят основные достижения лично для себя.

Подгруппам дается 5-10 минут на обсуждение и подготовку к выступлению, после чего они кратко рассказывают о прошедшей программе с позиции доставшегося им цвета.

4. Рефлексия.

Ведущий благодарит родителей за занятие. Подводит его итоги. Просит участников завершить представленные ниже предложения так, как они считают нужным. Подписывать этот листок не обязательно.

1. На этой программе я...
2. Основное, чему я научился на наших занятиях...
3. Больше всего мне запомнилось...
4. Мне не очень понравилось, что на программе...
5. Я бы хотел(а) чтобы при проведении следующих занятий ведущий...
6. Думаю, что после занятия изменится...
7. Мне больше всего понравилось, что на занятиях...

Приложение И

Отзывы по итогам программы от родителей

Программа. Кто родится успешнее первокурсников.
 Она для меня чрезвычайно полезная и нужная. Все ее конро-
 ли. Это лучше мне — они изучены и подробно
 проанализированы на занятиях. Как следствие, я стала
 намного более тесно связана со своим ребенком. Помоги
 ему со школьной программой. Если занятие было для
 меня комфортным и вызвало положительные эмоции.
 Идем с нетерпением следующие вечера.

Вспрашивая о дружественности Марии Леонидовны в организации программы. Клуб родителей учащихся первоначальных классов. Каждое заседание в клуб было для меня настоящим праздником. Здесь я смогла не только лучше понять своего ребенка, узнать многообразие полунных „майфяков“, но и просто расслабиться и получить удовольствие от общения. Мария Леонидовна позволила мне понять, что я не плохая мать, а просто не всегда умеющая найти подход к своему ребенку.

Многое из того, о чем я узнала, я использовала во время общения со своим ребенком и могу сказать, что это, действительно, помогло мне сблизиться с ним, помогло ему в решении его школьных проблем.

Очень жаль, что программа закончилась, но я очень рада, что смогла стать частью ее. И надеюсь, что и мои советы и опыт были кому-то полезны!

Еще раз большое спасибо!