

ПРОЕКТ ФГБНУ «ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ ОБРАЗОВАНИЯ»
И АНО «АЗБУКА СЕМЬИ»
РОДИТЕЛЬСКИЕ СОБРАНИЯ «АЗБУКА СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ»

СЦЕНАРИЙ МЕРОПРИЯТИЯ. ТЕМА: КАК СБЕРЕЧЬ ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА?

Урок 1.5 книги-тренажера

Формат: род. собрание, встреча
с родителями, вебинар, марафон
в чате, т. д.



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ

Цель собрания:

- передача родителям знаний о важности семейной системы

Задачи собрания:

- напомнить о ролях матери и отца на разных этапах взросления ребенка
- разобрать вопрос о том, для чего меняется время ролей
- дать возможность участникам поделиться собственным опытом становления себя как родителя
- проанализировать изменения в мамах и папах, которые происходят вместе с взрослением ребенка и отметить необходимость этих перемен в родителях.

Длительность собрания (онлайн или офлайн формат):

- 60-80 минут

Оборудование:

- Книга-тренажер «Азбука счастливой семьи»
- Чек-лист по теме для каждого родителя
- Копия задания по теме для каждого родителя
- Экран и проектор для демонстрации видео-лекции
- Флипчарт /доска, маркеры
- Правила работы в группе (либо как плакат, либо как раздаточный материал, к которому можно обращаться по мере необходимости).

СЦЕНАРИЙ МЕРОПРИЯТИЯ ПО ТЕМЕ «КАК СБЕРЕЧЬ ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА?»

I. Приветствие и введение в тему (5 минут):

*Педагог приветствует родителей, говорит об **основных правилах** безопасных и доверительных отношений участников группы. И предлагает начать встречу.*

II. Разминка (15 минут)

Материалы: флипчарт/доска, маркеры

Педагог: — Все вы опытные родители. Вспомните, пожалуйста, какой возраст вашего ребенка был самым счастливым для вас и почему?

Ответы родителей могут фиксироваться на доске/флипчарте. Принимаются все варианты без критики и осуждений. В конце ведущий

просит озвучить желающих свои мысли — почему они выбрали тот или иной период.

III. Основная содержательная часть — мини-лекция (просмотр видеозаписи 20 минут)

Педагог организует просмотр 20-минутной видео-лекции в группе родителей.

IV. Проработка темы встречи в задании индивидуально (10 минут)

Педагог предлагает разобрать одно задание по теме и обсудить его в парах. Участники делятся на пары для последующего обсуждения. Индивидуальная проработка задания №1 «Младенчество» (стр. 116 книги-тренажера).

V. Обсуждение в парах результатов задания (10 минут):

Обсуждение результатов задания и чувств родителей в паре (высказываются по очереди).

VI. Ответ на ключевой вопрос мероприятия в группе (10 минут)

Педагог предлагает группе вопрос:

— Что делать, если одного родителя нет и не хватает ресурса извне?

Группа высказывает свои мнения. Обсуждение ведется в свободном порядке. Участники высказываются по желанию. В конце обсуждения педагог подводит итог про важнейшее значение привязанности и положительной эмоциональной связи в жизни ребенка.

VII. Ресурсное упражнение «Формула моего родительства» (5-7 минут)

Материал: бумага А4, ручки.

Педагог: — Прямо сейчас создайте формулу своего родительства. Она может быть математической, физической, химической. Например: **«Мое родительство = любовь X заботу и уважение».**

*Педагог предлагает **каждому** по кругу обсудить разные варианты «родительских формул».*

VIII. Обратная связь от родителей (10 минут)

Педагог: — С какими чувствами вы сегодня встретились? Что для вас показалось особенно полезно?

Ответы родителей принимаются без критики и осуждений. Поощряется поддержка родителями друг друга, их сопереживание друг другу. В случае сложных ситуаций (жесткое сопротивление родителя, его отрицание «все это ерунда», «полная чушь», обесценивание работы педагога, погружение в острые негативные чувства, в тяжелые воспоминания о собственном детстве и т. д.) можно предлагать индивидуальную консультацию с психологом, который поможет глубже погрузиться в вопрос и разобрать личные переживания.

IX. Заключительное слово педагога и домашние задания (2 минуты):

Педагог благодарит группу за работу, активность, проявленный интерес к теме и дает домашние задания.

Домашние задания для родителей (практики на укрепление отношений в семье):

1. Выделите в вашем расписании время на личное общение с супругом (отцом или матерью вашего ребенка) — хотя бы 30 минут в день. Если вы живете отдельно, уделите время телефонному звонку или сообщениям в мессенджере.
2. Спросите супруга: «Как твое самочувствие?», «Как прошел твой день?». Не обсуждайте в это время рабочие или семейные дела: только состояние и потребности человека.
3. Поблагодарите супруга за вклад, который он делает в жизнь ребенка и вашу жизнь.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ:

Книги:

1. Книга-тренажер «Азбука счастливой семьи. 30 уроков осознанного родительства»
2. Мелия Марина. «Мама рядом! Главный секрет первого года жизни»
3. Филиппа Перри. «Как жаль, что мои родители об этом не знали (и как повезло моим детям, что теперь об этом знаю я)»

Чек-лист 5-го собрания (Урок 1.5 книги-тренажера)

Тема: Как сберечь психическое здоровье ребенка?

Для сохранения психического здоровья ребенка

1. Принимайте свои родительские роли — матери и отца — с момента зачатия ребенка
2. Будьте внимательны к состояниям и потребностям своего ребенка

3. Воспринимайте ребенка по-новому на каждом новом этапе его развития
4. Уделяете время и внимание отношениям в паре «мама — папа»
5. Работайте над доброжелательными и уважительными отношениями в семье
6. Создавайте вокруг своей семьи круг социальной поддержки (родные, друзья, знакомые, соседи)
7. Чем старше становится ребенок, тем больше свободы и ответственности передавайте ему.



ИНСТИТУТВОСПИТАНИЯ.РФ



**КРАСНЫЙ КОНЬ |
ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ**