

С. Г. Литке

**ЭФФЕКТИВНЫЙ РОДИТЕЛЬ:
ОСНОВЫ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ**

Курс повышения квалификации

программа и методические рекомендации

Челябинск
Издательство УРАН
2024

УДК 159.923

ББК 88.37

Л64

Печатается по решению Совета
ФГБОУ ПОО «Златоустовский техникум технологий и экономики»,
кафедры Подготовки педагогов профессионального обучения
и предметных методик ФГБОУ ВО «Южно-Уральский
государственный гуманитарно-педагогический университет»
при поддержке Главы Златоустовского городского округа
Максима Борисовича Пекарского

Рецензенты:

Е. В. Гнатышина, доктор педагогических наук, доцент, Челябинск;

О. Ю. Рудакова, кандидат психологических наук, доцент, Москва.

Литке, С. Г.

Л64 Эффективный родитель: основы родительской компетентности: курс
повышения квалификации : программа и метод. рекомендации / С. Г. Литке.
— Челябинск : Издательство УРАН, 2024. — 35 с.

Программа курса повышения квалификации — развития родительской компетентности является системой формирования и развития родительских компетенций, формирующихся на основе психологической компетентности. Родительская компетентность — способность личности к передаче изначального родового опыта. Родительская компетентность — это: 1) важная ступень к принятию социально-психологического статуса; 2) наиболее оптимальный уровень знаний о системе передачи родового опыта предков; 3) определенная системная организация сознания, психики родителя. В программе интегрированы традиционные методы обучения: передача знаний в лекционной форме и психологический практикум, обеспечивающий интерактивное взаимодействие слушателей с ведущим курсов. Представленный формат программы позволяет использовать материалы в системе факультативных занятий в профессионально-педагогических образовательных учреждениях, а также в системе курсов повышения квалификации специалистов, работающих в сфере «человек — человек». Программа является основой для профессиональной деятельности психологов-практиков.

УДК 159.923

ББК 88.37

ISBN 978-5-6046113-3-3

© Литке С. Г., текст, 2024

© Издательство УРАН, 2024

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	5
Принципы организации занятий.....	14
Основные принципы групповой работы.....	15
Ожидаемые результаты	15
Тематическое планирование занятий	16

ПРИЛОЖЕНИЯ

<i>Приложение 1.</i> Правила групповой работы.....	27
<i>Приложение 2.</i> Заявление	28
<i>Приложение 3.</i> Анкета участника	29
<i>Приложение 4.</i> Дневник преподавателя, ведущего занятия (самоанализ профессиональной деятельности и анализ развития уровня психологической компетентности у студентов)	30
<i>Приложение 5.</i> Дневник самонаблюдения	31
<i>Приложение 6.</i> Программа личностного развития «Счастливая жизнь успешного родителя»	33

ВВЕДЕНИЕ

Курсы повышения квалификации «Эффективный родитель: основы родительской компетентности» представляют собой систему, в которой оптимально сочетаются традиционные формы развития компетенций: лекционные и практические занятия, методы активного социально-психологического обучения (упражнения, социально-ролевые игры, тренинговые занятия) — и психотехнологии, применяемые в современной психологической практике (направленные визуализации, медитативные практики, ребёфинг и т. п.).

В настоящее время проблема профессионализма педагога в сфере взаимодействия с семьёй обучающихся находится в центре внимания многих наук. Профессионал в современной литературе определяется как субъект профессиональной деятельности, обладающий высокими показателями профессионализма личности и деятельности, имеющий высокий профессиональный и социальный статус, динамически развивающуюся систему личностной и деятельной регуляции, постоянно нацеленный на саморазвитие и самосовершенствование, на личностные и профессиональные достижения, имеющие социально-позитивное значение.

Профессионализм личности педагога включает в себя систему лично-профессиональных стандартов, ориентирующих на высокое выполнение деятельности, а также систему личностных норм регуляции поведения и отношений. Значимой составляющей педагога профессионала является его компетентность.

Профессиональная компетентность — это сфера профессиональной деятельности, постоянно расширяющаяся система знаний, позволяющая выполнять профессиональную деятельность с высокой продуктивностью. Осуществление эффективной педагогической деятельности зависит от психологической компетентности,

которая позволяет эффективно взаимодействовать и управлять в профессиональном пространстве. Однако, этого недостаточно. В современном образовательном пространстве педагог является профессиональным медиатором между воспитанником, обучающимся и его родителями.

Поэтому, на наш взгляд, очень важно формировать профессионально-грамотный подход к развитию родительской компетентности вообще и компетенции педагога транслировать родительскую компетентность, в частности.

В нашем контексте родительская компетентность — это интеграция социально-психологической компетентности и родительских компетенций.

Психологическую компетентность (от греч. *psyche* — душа и лат. *competens* — соответствующий, способный) мы будем понимать, как способность личности к самопознанию и самосовершенствованию. Психологическая компетентность — это:

- 1) важная ступень к высшему качеству — самоактуализации;
- 2) наиболее оптимальный уровень знаний о психической реальности и умения их применять;
- 3) определенная системная организация сознания, психики человека, включающая, как минимум, следующие части (компоненты):
 - образ мира;
 - направленность, социально ориентированные мотивы;
 - отношение к внешнему миру, к людям, к деятельности;
 - отношение к себе, особенности саморегуляции;
 - креативность, ее особенности;
 - интеллектуальные черты индивидуальности;
 - эмоциональность, ее особенности и проявления;
 - особенности осознания жизненных целей и задач;
 - представление о сложных способностях, сочетаниях личных качеств;
 - осознание того, какие качества важно развивать у себя;
 - представление о своем месте в социуме.

Психологическая компетентность — это свойство личности, обладающей отдельными компетентностями, система, включающая отдельные компетенции:

- исчерпывающие знания о сознании, личности, ее психических проявлениях;
- умение разобраться в любом нестандартном вопросе, относящемся к системе психических явлений;
- умение и способность объяснить явления, связанные с личностными проблемами;
- способность точно анализировать и оценивать пути и способы решения проблемных ситуаций.

Исходя из вышеизложенного, в модели психологической компетентности можно выделить следующие структурные элементы (модули): 1-й модуль «Психологические знания»; 2-й модуль «Я-концепция. Профессиональное самосознание»; 3-й модуль «Активность»; 4-й модуль «Саморазвитие: психологическая самодиагностика, самопрофилактика, самокоррекция».

Родительскую компетентность (от рус. Род — предок, родоначальник и лат. *competens* — соответствующий, способный) мы будем понимать, как способность личности к передаче изначального родового опыта. Родительская компетентность — это:

- 1) важная ступень к принятию социально-психологического статуса — Родитель: человек, способный родить и передать опыт и наследие предков своим детям и потомкам;
- 2) наиболее оптимальный уровень знаний о системе передачи родового опыта предков;
- 3) определенная системная организация сознания, психики родителя, включающая, как минимум, следующие части (компоненты):
 - образ родового начала в соответствии с мировосприятием и мироустройством системы родовой ценности и культуры;
 - направленность, социально ориентированные мотивы на воспитание счастливого человека, способного, сохраняя наследие предков, передавать его последующим поколениям, адекватно внося наработанные в процессе жизни новообразования в соответствии с изменениями окружающего мира;
 - особенности осознания родительских целей и задач;
 - отношение к детям и потомкам как человеческой ценности земной цивилизации;
 - отношение к себе как родителю детей и прародителю потомков;

- особенности родительской саморегуляции, креативность в вопросах развития формирующейся личности и воспитания подрастающего поколения;
- родительский интеллект;
- родительская эмоциональность, ее особенности и проявления;
- представление о важности родительских функций;
- осознание того, какие родительские качества важно развивать у себя;
- представление о своем родительстве в общесемейном социуме.

Родительская компетентность — это свойство личности, обладающей отдельными компетентностями, система, включающая отдельные компетенции:

- исчерпывающие знания о родительстве;
- умение разобраться в любом нестандартном вопросе, относящемся к системе формирования и развития личности ребёнка, подростка, юноши;
- умение и способность объяснить явления, связанные с воспитательными задачами;
- способность точно анализировать и оценивать пути и способы решения проблемных воспитательных ситуаций.

Исходя из вышеизложенного, в модели родительской компетентности можно выделить следующие структурные элементы (модули):

- модуль «Знания о родительстве»,
- модуль «Я-концепция. Самосознание родителя»,
- модуль «Активность»,
- модуль «Саморазвитие: родительская супервизия: самодиагностика родительских навыков, самопрофилактика и самокоррекция родительских умений».

Научными основополагающими концепциями представленной монографии являются:

- системный подход — методология исследования объекта, как целостного множества элементов в совокупности отношений и связей между ними;
- интегративная психология как уникальная методологическая основа психологии в современном мире;

- компетентностный подход как основа обучения и развития родительской компетентности личности студентов — будущих педагогов;

Цель программы курса развития родительской компетентности: формирование и развитие системы родительских компетенций как основы эффективного личностного развития будущего родителя и педагога, оказывающего профессиональное сопровождение и помощь родителям воспитанников и обучающихся.

Задачи курса развития родительской компетентности:

- 1) актуализировать основные понятия: «родительство», «родительская идентичность», «родительское самосознание», «методы воспитания и развития личности», «родительское самопознание», «родительское саморазвитие»,
- 2) развивать целеполагающие компетенции: адекватно анализировать родительские проявления и формулировать родительские цели, выбирать адекватную стратегию и тактику родительского поведения, управлять процессом родительского самосовершенствования;
- 3) овладеть основными психоразвивающими и психокоррекционными технологиями родительского поведения.

Программа занятий структурирована в соответствии с поставленными целями и задачами. Содержание занятий и методические рекомендации представлены в модульном формате.

Каждый модуль содержит формат комбинированной модели развития компетенций: теоретический, практический блоки, а также блок самостоятельной работы. В каждое занятие включены разнообразные методы и формы обучения и личностного родительского развития (лекции, методы интерактивного социально-психологического обучения), в том числе современные психотехники (медитативная практики, техники направленной визуализации, дыхательные психотехники, саморефлексия и т. п.).

Комментарий к каждому виду занятий представлен в форме рекомендаций для преподавателя — ведущего занятия.

Лекционный материал в организации занятий имеет бинарную функцию: с одной стороны, это система психологического просвещения слушателей, с другой — теоретическое обоснование практических занятий.

Перед началом занятия каждый слушатель знакомится с правилами работы в группе (Приложение 1), заполняет форму заявления (Приложение 2) и индивидуальную анкету (Приложение 3). Преподавателю — ведущему курс развития родительской компетентности целесообразно вести ежедневный дневник самоанализа своей профессиональной деятельности и анализа психодиагностических результатов личности слушателей, полученных после каждого занятия (Приложение 4).

В процессе изучения дисциплины слушатель осваивает следующие компетенции (табл. 1).

Таблица 1

Содержание компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Основы родительской компетентности»

Код компетенции	Наименование компетенции	Содержание компетенции	Конкретизированные цели
ОК-7	Готовность к самооценке, ценностному социокультурному самоопределению и саморазвитию	Знать психологию человека, в том числе психологию личности, возрастную психологию. Уметь применять психологические знания в воспитании и развитии собственных детей. Владеть системной организацией родительского самосознания, в том числе осознанно ориентироваться на мировоззренческие позиции, основанные на миролюбии, стремлении к созиданию и позитивной динамики развития ребёнка, подростка, юноши.	Знать способы освоения психологических знаний, в том числе интерактивные методы самообразования. Уметь применять психологические знания в процессе воспитания и развития ребёнка, подростка, юноши. Владеть рефлексией психических проявлений; осознавать причины психических проявлений и при необходимости адекватно принимать решение родительской деятельности.

Код компетенции	Наименование компетенции	Содержание компетенции	Конкретизированные цели
ОК-11	<p>Владение системой психологических средств (методов, форм, техник и технологий) организации коммуникативного взаимодействия, анализа и оценки психологического состояния другого человека, позитивного воздействия на личность, прогнозирования ее реакции; способность к управлению своим психологическим состоянием в условиях общения.</p>	<p>Знать методы, формы, техники, технологии организации коммуникативного взаимодействия в процессе воспитания и развития ребёнка, подростка, юноши.</p> <p>Уметь адекватно анализировать и оценивать собственное психическое состояние, психическое состояние другого человека, позитивно воздействовать на личность, прогнозировать ее реакции.</p> <p>Владеть методами управления психическими проявлениями в условиях межличностного взаимодействия с ребёнком, подростком, юношей.</p>	<p>Знать методы, формы, техники, технологии организации коммуникативного взаимодействия с людьми, в том числе с ребёнком, подростком, юношей.</p> <p>Уметь адекватно возрасту осуществлять анализ и оценку психологического состояния другого человека, позитивно воздействовать на личность, прогнозировать ее реакции в жизни.</p> <p>Владеть методами управления психическими проявлениями в жизни в процессе родительской деятельности.</p>

Код компетенции	Наименование компетенции	Содержание компетенции	Конкретизированные цели
ОК-16	Способность выявлять естественно-научную сущность проблем, возникающих в ходе профессионально-педагогической деятельности	<p>Знать методы и приемы анализа проблемных ситуаций на основе осознанности целостной мировоззренческой позиции, представлении о своем предназначении в родительской деятельности.</p> <p>Уметь осознавать суть происходящего в психической реальности на основе психологических знаний в вопросах личностного становления и развития ребёнка, подростка, юноши.</p> <p>Владеть навыком интеграции психической реальности конкретного человека в процессе прогнозирования и планирования его личностного развития.</p>	<p>Знать методы и приемы психологической диагностики индивидуально-психологических свойств личности, психических процессов, психических состояний для адекватной в случае необходимости психопрофилактики и психокоррекции.</p> <p>Уметь дифференцировать проблемную ситуацию в соответствии с психологическими закономерностями. Владеть основными навыками прогнозирования и планирования профессионального развития личности на основе целостных знаний о психологии личности</p>

Измерение уровня сформированности профессиональной компетентности. Матрица соответствия компетенций образовательным модулям

Компетенция / компетентностная единица	Модули дисциплины			
	1	2	3	4
	модуль «Знания о родителстве»	модуль «Я-концепция. Самосознание родителя»	модуль «Активность»	модуль «Саморазвитие»
ОК-7 / 0,25	+	+	+	+
ОК-11 / 0,25	+	+	+	+
ОК-16 / 0,25	+	+	+	+

Уровень сформированности родительской компетентности измеряется по результатам итогового контроля. Для определения уровня сформированности родительской используем формулу:

$$K(\text{ОП}) = (K(1) + K(2) + K(3) + K(4)) \times 1/n,$$

где $K(\text{ОП})$ — показатель уровня родительской компетентности;

$K(1)$ — группа компетенций первого модуля;

$K(2)$ — группа компетенций второго модуля;

$K(3)$ — группа компетенций третьего модуля;

$K(4)$ — группа компетенций четвертого модуля;

n — количество компетенций.

Для измерения уровня сформированности конкретной компетенции введено понятие — «компетентностная единица (K_e)» и «группа компетенций по модулю [$K(p/n)$]».

Компетентностная единица (K_e) — это коэффициент соотношения «1: количество модулей, в рамках которых формируется компетенция». Группа компетенций по модулю [$K(p/n)$] — это суммарный показатель компетентностных единиц в рамках конкретного модуля, где p/n — порядковый номер модуля. В процессе выполнения студентами различных форм самостоятельной работы необходимо осуществлять текущий и итоговый контроль с целью своевременной корректировки развития компетенций в рамках учебной дисциплины «Основы психологической компетентности» по каждому

модулю. Для удобства оценки качества выполнения студентами самостоятельной работы предлагаем оценочный лист по каждому модулю (см. Приложение 10). В представленном УМКД «Основы психологической компетентности» уровень максимальной сформированности компетентности в рамках данной дисциплины представлен следующим образом (табл. 3, 4).

Таблица 3

Показатели максимальной сформированности компетентности в рамках данной дисциплины «Основы психологической компетентности»

К _е ОК-7 = 0,33 К _е ОК-11 = 0,33 К _е ОК-16 = 0,33	К(1) = 1,0 К(2) = 1,0 К(3) = 1,0 К(4) = 1,0
К(ОП) = (1,0 + 1,0 + 1,0 + 1,0) × ¼ К(ОП) = 1	

Таблица 4

Уровень сформированности профессиональной компетентности

Стеновый показатель К(ОП)	Уровень компетентности К(ОП)	Отметка
0,75—1,00	Высокий	Отлично
0,61—0,75	Выше среднего	Хорошо
0,41—0,60	Допустимый	Удовлетворительно
0,31—0,40	Критический	Неудовлетворительно
0,10—0,30	Недопустимый	—

Принципы организации занятий

Принципы построения программы Основы родительской компетентности «ЭФФЕКТИВНЫЙ РОДИТЕЛЬ»:

1. Опора на внутреннюю мотивацию слушателей.
2. Акцентирование уникальности и самооценности каждого слушателя.
3. Создание атмосферы взаимопонимания, сотрудничества, коммуникативной культуры.

4. Сочетание теоретического материала и практической деятельности, спроектированной в системе интерактивных образовательных и психологических технологий.

5. Партнерство в отношениях между субъектами образования, создание позитивного индивидуального личного опыта слушателей.

Основные принципы групповой работы

1. Принцип добровольного участия: естественная внутренняя заинтересованность слушателя как в развитии родительских компетенций, так и в изменении своей личности в ходе работы группы.

2. Принцип диалогизации взаимодействия: полноценное межличностное взаимодействие участников в процессе занятий, основанное на взаимном уважении и полном доверии друг другу.

3. Принцип самодиагностики: самораскрытие личности участников, осознание и формулирование ими собственных личностно значимых проблем и образовательных потребностей.

4. Принцип целостности: овладение основными психолого-педагогическими компетенциями, что обуславливает успешность и психологический комфорт в различных направлениях родительской деятельности.

5. Принцип непрерывности самообразования: в процессе занятий участники приходят к осознанию необходимости постоянного саморазвития и самосовершенствования через самоорганизацию образовательного пространства.

Ожидаемые результаты

1. Приобретение участниками осмысленности жизни и родительской деятельности.

2. Формирование позитивной Я-концепции, осознание системности в организации собственной жизни и родительской деятельности.

3. Выработка навыков применения родительских компетенций.

4. Развитость знаний о психической реальности.

5. Положительная динамика личностного развития.

Тематическое планирование занятий

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов			
		Лекционные	Практические	Самостоятельная работа	Общее количество
Модуль 1. «Знания о родительстве»					
1	Вводное занятие. Знакомство с основными принципами, целями, задачами и методами активной групповой работы. Знакомство. Принятие субъектами образования правил работы в группе. Принципы ведения «Дневника самонаблюдений»		2		2
2	Дискурс: «Компетентный подход в современном образовании. Психологическая и родительская компетентность»		2	2	4
3	Лекция 1. Психология: основные аспекты современной психологической науки и практики	4		2	6
4	Лекция 2. Система психических явлений	4		2	6
5	Лекция 3. Человек: индивид, личность, индивидуальность	4		2	6
6	Психологический практикум 1. Арт-упражнение «Коллаж желаний»		2	4	6
7	Работа с Дневником самонаблюдений. Домашнее задание: 1) закончить коллаж; 2) составить план-конспект родительских задач			6	12
	Всего по 1-му модулю	12	6	18	36

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов			
		Лекционные	Практические	Самостоятельная работа	Общее количество
Модуль 2. «Я-концепция. Самосознание родителя»					
1	Приветствие. Рефлексия домашнего задания.		2		2
2	Лекция 4. Картография личности как модель личностного развития	4		2	6
3	Лекция 5. Саморазвитие и личностный рост	4		2	6
4	Лекция 6. Социально-психологический тренинг	4		2	6
5	Психологический практикум 2: элементы социально-психологического тренинга развития коммуникативных навыков		4		4
6	Составление программы личностного развития «Счастливая жизнь успешного родителя»		2	6	8
7	Работа с Дневником самонаблюдений Домашнее задание: «Письмо самому себе в 12 лет»			2	2
	Всего по 2-му модулю	12	8	14	34
Модуль 3. «Активность»					
1	Приветствие. Рефлексия домашнего задания.		2		2
2	Лекция 7. Методы активного социально-психологического воздействия и взаимодействия	4		2	6
3	Лекция 8. Современные методы и технологии в психологической практике	4		2	6

№ п/п	Содержание занятий	Количество часов			
		Лекционные	Практические	Самостоятельная работа	Общее количество
4	Лекция 9. Дыхательные и медитативные психотехники	4		2	6
5	Работа с Дневником самонаблюдений Домашнее задание: «Письмо самому себе из будущего (+20 лет)			2	2
	Всего по 3-му модулю	12	2	8	22
Модуль 4. «Саморазвитие: родительская супервизия: самодиагностика родительских навыков, само профилактика и само коррекция родительских умений»					
1	Приветствие. Рефлексия домашнего задания.		2		2
2	Лекция 10. Психологические особенности детей и подростков	2		2	4
3	Лекция 11. Психологические особенности юношеского возраста	2		2	4
4	Домашнее задание: Программа личностного развития успешного родителя		2	2	4
	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ: Защита программы личностного развития успешного родителя		4		
	Всего по 4-му модулю	4	8	6	14
ИТОГО		40	24	46	110

Модуль 1. «Знания о родительстве»

ЗАНЯТИЕ 1. Вводное занятие.

Цель: раскрыть научные основы родительской компетентности. Показать для слушателей значимость изучения курса «Эффективный родитель».

План:

1. Научно-практические аспекты родительской компетентности.
2. Выявление основных потребностей у слушателей в контексте родительской деятельности.
3. Основные методы развития родительской компетентности:
 - Наблюдение;
 - Беседа;
 - Эксперимент;
 - Тестирование.
4. Знакомство с основными принципами, целями, задачами и методами активной групповой работы. Знакомство. Принятие субъектами образования правил работы в группе. Принципы ведения «Дневника самонаблюдений» (Приложение 5).

ЗАНЯТИЕ 2. Дискурс: «Компетентностный подход в современном образовании. Психологическая и родительская компетентность»

Цель: раскрыть понятие «компетентность» в контексте психологической и родительской компетентностей.

План:

1. Структурно-функциональная матрица психологической и родительской компетентности.
2. Психологическая компетентность как личностная мета-компетенция.
3. Основные родительские компетенции (знания, умения, владения) в контексте родительской деятельности.

ЗАНЯТИЕ 3. Лекция 1. Психология: основные аспекты современной психологической науки и практики

Цель: показать научно-методологическую важность психологии и её значение в родительской деятельности.

План:

1. Объект и предмет психологии в контексте родительской компетентности.
2. Теоретические аспекты современной интегративной психологии как основы формирования и развития родительской компетентности.
3. Психология в системе самообразования человека.

ЗАНЯТИЕ 4. Лекция 2. Система психических явлений

Цель: освоить основные формы психических проявлений и структурно-функциональную композицию индивидуального свободного сознания.

План:

1. Психология как метод познания психического.
2. Основные методы и приёмы диагностики и коррекции различных форм проявления личности.
3. Социально-психологическая профилактика различных форм возрастных изменений у детей и подростков.

ЗАНЯТИЕ 5. Лекция 3. Человек: индивид, личность, индивидуальность

Цель: определить соотношение понятий «индивид», «личность», «индивидуальность» в контексте родительского сопровождения личностного развития и становления ребёнка, подростка, юноши.

План:

1. Определение личности как системы уникальных внутренних идентичностей.
2. Соотношение понятий «индивид», «личность», «индивидуальность».
3. Я-концепция личности родителя как система представлений о себе.

ЗАНЯТИЕ 6. Психологический практикум 1. Экспресс-методы психологической коррекции личностных проблем

Цель: освоить экспресс-методы психологической коррекции как средства оказания психологической помощи в критических жизненных ситуациях.

План:

1. Арттерапия как метод психологической коррекции личности.
2. Рисование проблемной ситуации. Рисование отсутствия проблемной ситуации.
4. Арт-упражнение «Коллаж желаний».
5. Рефлексия. Составление рекомендаций.

ЗАНЯТИЕ 7. Инструктаж по выполнению самостоятельной работы.

Цель: сонастроить слушателей на выполнение индивидуальных заданий, сформировать мотивацию и дать направление к личностному саморазвитию.

План:

1. Основные аспекты работы с дневником самонаблюдений.
2. Тренировать умения применять в жизни арт-терапевтические практики.
3. Составить план-конспект лично ориентированных родительских задач.

Модуль 2. «Я-концепция. Самосознание родителя»

ЗАНЯТИЕ 1. Приветствие.

Цель: проанализировать самостоятельную деятельность слушателей, осуществить промежуточный запрос на дальнейшую работу, при необходимости внести корректировки в дальнейшие программные действия.

План:

1. Рефлексия домашнего задания.
2. Анализ картографии текущих психоэмоциональных проявлений у слушателей курсов.
3. Корректировка запросов на дальнейшую деятельность.

ЗАНЯТИЕ 2. Лекция 4. Картография личности как модель личностного развития

Цель: раскрыть основные структурно-функциональные элементы личности в контексте родительской деятельности.

План:

1. Структурно-функциональная картография личности.
2. Формирование и развитие личности в онтогенезе.

ЗАНЯТИЕ 3. Лекция 5. Саморазвитие и личностный рост

Цель: раскрыть целеполагание и активность как значимые структурно-функциональные компоненты личности в родительской деятельности.

План:

1. Личностный рост. Векторы личностного саморазвития.
2. Основные кризисные точки роста в онтогенезе.

ЗАНЯТИЕ 4. Лекция 6. Социально-психологический тренинг

Цель: раскрыть смысловые аспекты тренингов личностного роста как инструмента развития личности детей, подростков, а также саморазвития.

План:

1. Тренинг личностного роста как система методов личностного развития.
2. Виды тренингов: проработка индивидуально-психологических проблем; развитие когнитивно-творческих умений; развитие целеполагания; развитие коммуникативных навыков.

ЗАНЯТИЕ 5. Психологический практикум 2: элементы социально-психологического тренинга развития коммуникативных навыков

Цель: раскрыть основные направления формирования и развития коммуникативных умений и навыков в контексте родительской деятельности.

План:

1. Общение с детьми: особенности построения детско-родительских коммуникаций.
2. Особенности контактирования с подростками. Обыденный и цифровой форматы коммуницирования.
3. Взаимодействие с юношами и девушками.

ЗАНЯТИЕ 6. Составление программы личностного развития «Счастливая жизнь успешного родителя» (Приложение 6)

Цель: познакомить слушателей с программно-целевым форматом организации собственной жизни на примере прогнозирования родительских достижений.

План:

1. Цели, задачи и общая структура программы личностного развития.
2. Алгоритм составления программы на примере программно-преобразовательной деятельности родителя конкретного ребёнка (подростка, юноши).
3. Индивидуально-ориентированное составление программы личностного развития.

ЗАНЯТИЕ 7. Инструктаж по выполнению самостоятельной работы.

Цель: сонастроить слушателей на выполнение индивидуальных заданий, сформировать мотивацию к целеполаганию.

План:

1. Работа с Дневником самонаблюдений. Самоанализ родительской деятельности.
2. Домашнее задание: «Письмо самому себе в 12 лет».

Модуль 3. «Активность»

ЗАНЯТИЕ 1. Приветствие.

Цель: проанализировать самостоятельную деятельность слушателей, осуществить завершающий запрос на дальнейшую работу, при необходимости внести корректировки в дальнейшие программные действия.

План:

1. Рефлексия домашнего задания.
2. Анализ картографии текущих психоэмоциональных проявлений у слушателей курсов.
3. Корректировка запросов на дальнейшую деятельность.

ЗАНЯТИЕ 2. Лекция 7. Методы активного социально-психологического воздействия и взаимодействия

Цель: познакомить слушателей с методами активного социально-психологического воздействия и взаимодействия между родителями и их детьми.

План:

1. Метод включённого наблюдения.
2. Метод беседы.

3. Игротехники.

ЗАНЯТИЕ 3. Лекция 8. Современные методы и технологии в психологической практике

Цель: познакомить слушателей с современными психотехнологиями для эффективного взаимодействия между родителями и их детьми.

План:

1. Психотехники направленной визуализации.
2. Настольные психологические игры.
3. Проективные психотехнологии.

ЗАНЯТИЕ 4. Лекция 9. Дыхательные и медитативные психотехники

Цель: познакомить слушателей с современными дыхательными и медитативными психотехниками.

План:

1. Медитация.
2. ДМД: дыхание, музыка, движение. Ребёфинг.
3. Телесно-ориентированные практики.

ЗАНЯТИЕ 5. Инструктаж по выполнению самостоятельной работы.

Цель: сонастроить слушателей на выполнение индивидуальных заданий, сформировать мотивацию к дальнейшему самостоятельному личностному совершенствованию.

План:

1. Работа с Дневником самонаблюдений. Самоанализ родительской деятельности.
2. Домашнее задание: «Письмо самому себе из будущего (+20 лет).

Модуль 4. «Саморазвитие: родительская супервизия: самодиагностика родительских навыков, самопрофилактика и самокоррекция родительских умений»

ЗАНЯТИЕ 1. Приветствие.

Цель: проанализировать самостоятельную деятельность слушателей, осуществить итоговый запрос на дальнейшую работу.

План:

1. Рефлексия домашнего задания.
2. Анализ картографии текущих психоэмоциональных проявлений у слушателей курсов.
3. Корректировка запросов на дальнейшую деятельность.

ЗАНЯТИЕ 2. Лекция 10. Психологические особенности детей и подростков

Цель: дать основные ориентиры в процессе формирования и развития личности современных детей и подростков.

План:

1. Основы возрастного развития детей и подростков в классическом аспекте.
2. Основы возрастного развития детей и подростков в современном аспекте.
3. Обыденная и цифровая воспитательная среда.

ЗАНЯТИЕ 3. Лекция 11. Психологические особенности юношеского возраста

Цель: дать основные ориентиры в процессе формирования и развития личности современных юношей и девушек.

План:

1. Основы возрастного развития юношей и девушек в классическом аспекте.
2. Основы возрастного развития юношей и девушек в современном аспекте.
3. Обыденная и цифровая воспитательная среда.

ЗАНЯТИЕ 4. Инструктаж по выполнению самостоятельной работы.

Цель: сфокусировать слушателей на осознанную, ответственную жизнь и счастливое родительство.

План:

1. Работа с Дневником самонаблюдений. Самоанализ родительской деятельности.
2. Домашнее задание: оформить и подготовить к презентации программу личностного развития успешного родителя.

ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ: Защита программы

Цель: представить индивидуально-ориентированную программу личностного развития успешного родителя.

План:

1. Презентация программ личностного развития успешного родителя.
2. Самооценка и оценка презентаций.
3. Общая рефлексия.
3. Домашнее задание: реализация программы личностного развития успешного родителя.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Правила групповой работы

1. На занятиях можно всё, что продуктивно влияет на развитие Личности, но запрещено то, что наносит вред здоровью и жизни как своему, так и других людей.
2. Я согласен соблюдать **КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ** всего происходящего в процессе занятий.
3. Я согласен выполнять инструкции, данные ведущим курсов.
4. Я согласен на время занятий принять доверительный стиль общения с студентами группы и обращаться ко всем присутствующим на «Ты».
5. Я согласен в процессе общения с группой персонифицировать свои высказывания, начиная со слов: «Я думаю...», «Мне кажется...» и т. п.
6. Я согласен отказаться на время занятий от алкоголя и психотропных веществ.
7. Я согласен оповестить ведущего о своих физиологических и психических проблемах. При наличии таковых проблем я согласен предоставить разрешение для участия в групповых тренинговых формах работы от лечащего врача.
8. Я понимаю, что может возникнуть посттренинговый синдром, проявляющийся в форме эмоциональной нестабильности. Я обещаю при необходимости регулировать своё состояние самостоятельно, при помощи специальных психологических техник, которые я освою в процессе занятий.
9. Я готов нести ответственность за мое состояние в процессе занятий и информировать ведущего о физическом или психическом дискомфорте.
10. Я обещаю говорить правду или выбрать молчание.
11. Я согласен помогать себе и другим участникам курсов в определении сильных сторон личности.
12. Я согласен при желании оказывать поддержку в организации и проведении курсов без коммерческого интереса.
13. Подтверждаю, что мой возраст 18 лет и старше.

Заявление

Я внимательно ознакомился с условиями групповой работы и на основании осознанного выбора прошу включить меня в состав группы для участия в групповых занятиях, направленных на повышение родительской компетентности.

Подпись _____ (Имя, отчество, фамилия).

Дата: « ____ » _____ 20 ____ г.

Анкета участника

Имя, отчество, фамилия _____

Дата рождения « ____ » _____ г.

Место проживания _____

Контактный телефон _____

E-mail _____

Цель посещения занятий _____

Благодарим Вас за участие в анкетировании!

**Дневник преподавателя, ведущего занятия
(самоанализ профессиональной деятельности и анализ
развития уровня психологической компетентности
у студентов)**

Моя профессиональная цель: обеспечить профессиональное сопровождение развития психологической компетентности у студентов группы _____.

Мои профессиональные задачи: 1) выявлять лично значимые для студентов цели и задачи посещения занятий; 2) помочь участникам занятий развивать психологические компетенции; 3) организовать адекватную психологическую просветительскую, коррекционно-развивающую работу; 4) создать оптимальные психологические условия для личностного самораскрытия и саморазвития каждого студента; 5) ...

Анализ заявлений и анкет студентов курсов Имя, отчество, фамилия участника Возраст, пол Профессия Цель (заявленная)

Планирование профессиональных действий

Самоанализ занятий

Занятие _____.

Мои личные цели _____.

Образовательные цели _____.

Анализ проблемных ситуаций, возникших в процессе занятия _____.

Анализ способов разрешения проблемных ситуаций _____.

Методы работы с группой _____.

Дневник самонаблюдения

Мои процессы	Аналитические выводы
Модуль 1. «Знания о родительстве»	
Описание процессов: — Что Вы чувствовали (видели, слышали, ощущали)? Опишите подробно — Каким образом (наблюдали со стороны, были участником процесса)? — С кем взаимодействовали? Что значит для Вас этот субъект? ...	Инсайты: — осознание происходящего — «распаковка» (что это значит) ...
Занятие 1. Вводное	
Занятие 2. Дискурс	
...	
Модуль 2. «Я-концепция. Самосознание родителя»	
...	
Модуль 3. «Активность»	
...	
Модуль 4. «Саморазвитие: родительская супервизия: самодиагностика»	
...	

Рекомендации по работе с Дневником самонаблюдения

Ведение Дневника самонаблюдения — это системная форма саморефлексии, оптимизирующая личностное развитие. Перед процессом заполнения дневника следует особо подчеркнуть основополагающие принципы: 1) принцип целостности: все прописанные процессы взаимосвязаны и образуют взаимодополняющую систему происходящего; 2) принцип личной детерминантности (обусловленности), то есть самодиагностический аспект интерпретации происходящих в сознании процессов; 3) принцип целеполагания: каждый фрагмент работы направлен на достижение глобальной цели — личностного роста. Важно обратить внимание участников на неоднозначность описания процессов и формулирования выводов. Сообщите, что инсайтовые выводы могут возникать в процессе занятий, сразу после выполнения какой-либо психологической практики (например, во время проговора) или спустя некоторое время. Процессу рефлексии в форме ведения дневника отводится

время на каждом занятии. Участники описывают весь спектр психических явлений, который они наблюдают у себя. Рекомендуем организовать пространство: зажечь свечи, приглушив общее освещение, включить мелодичную тихую музыку.

**Программа личностного развития
«Счастливая жизнь успешного родителя»**

1. Паспорт программы

1.1. Фамилия, имя, отчество исполнителя _____

1.2. Родительский статус _____

1.3. Назначение программы: Организация самостоятельной деятельности в аспекте развития личности (на примере развития родительских умений и навыков). Получение знаний в вопросах разработки программ личностного развития на основе компетентностного подхода; формирование и развитие компетенций самоорганизации и целеполагания.

1.4. Этапы реализации программы:

Модуль 2. Занятие 6: Определение уровня развития профессионально-важных качеств личности в аспекте родительских компетенций (первичная субъективная самодиагностика). Согласование с руководителем действий по анализу исходного состояния родительской компетентности, формулирование личностных противоречий, постановка целей.

Модуль 2. Занятие 7: Определение направлений программно-преобразовательных действий в профессиональном становлении и развитии. Согласование программы с руководителем.

ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ: Защита программы Получение экспертного заключения уровня качества разработанной программы.

Посткурсовой период: Самостоятельная реализация запланированных мероприятий в соответствии с индивидуальным планом. Промежуточный самоконтроль: сопоставление целей с результатами достижений; при необходимости консультация психолога; корректировка планов.

2. Анализ исходного состояния уровня развития родительской компетентности

Анализ соответствия личностных качеств требованиям, которые предъявляет институт родительства: сопоставить с результатами психологического самоанализа, сравнить уровень родительских знаний, умений, навыков с требованиями к современному родителю, соизмерить соответствие полученных представлений о

родительской компетентности за период обучения более ранним представлениям, определить перспективу развития родительских компетенций, исходя из личных возможностей (*заполняется самостоятельно*) _____

3. Характеристика противоречий и проблем в организации личностного (родительского) развития (на основе сопоставления реального положения уровня развитости родительских компетенций с требуемым) _____

4. Формулировка целей, реализация которых поможет достичь желаемого состояния личности в родительском становлении и совершенствовании (предложение, которое начинается с глагола неопределенной формы, измеряемо во времени, реально достижимо и имеет конкретный временной отрезок) _____

5. Программно-преобразовательная деятельность (пример)

№ п/п	Направление и цели	Содержание деятельности	Пример- ные сроки	Резуль- тат деятель- ности	Отметка о выпол- нении
1	Изучить особенности психологического развития подростков	1) изучить различные информационные источники по обозначенной проблеме; 2) посетить курсы по основным аспектам взаимодействия с подростками. коммуникативных компетенций; 3) отработать умения взаимодействовать с подростками 4) использовать для тренировки все возможные жизненные ситуации	1 месяц в течение 2 месяцев в течение всего времени		
2	...				

Учебное издание

Литке Светлана Геннадьевна

Эффективный родитель: основы родительской компетентности:
курс повышения квалификации

программа и методические рекомендации

Верстка В. Б. Феркеля

Подписано в печать 08.04.2024 г.
Формат 60×84 1/16. Усл. печ. л. 2,09.
Заказ № 18
Тираж 500 экз.

Издательство «Уран»
454091, Челябинск, ул. Цвиллинга, 46а, офис 607.

Отпечатано с готового оригинал-макета
в типографии «Два комсомольца»
454048, г. Челябинск, Комсомольский пр., 2.