

# Повышение родительской компетентности

## Специальные занятия на родительских собраниях

**Родительство** — интегральное психологическое образование личности (отца, матери), включающее совокупность ценностных ориентаций родителя, установок и ожиданий, родительских чувств, отношений и позиций, родительской ответственности и стиля семейного воспитания.

Психолого-педагогическое формирование родительства включает два аспекта:

1. Формирование родительства как средства воспитания ребенка.
2. Формирование родительства как частного случая социализации ребенка в сфере передачи представлений о семейных ролях, родительских и супружеских функциях.

**В рамках родительских собраний** представляется возможным создавать условия для формирования осознанного отношения к родительству, осознания своих педагогических воздействий на ребенка.

Здесь основной является **работа по усовершенствованию своей личности** — личностный рост родителя.

**Осознанное родительство** включает в себя:

- осознание родителями родственной связи с детьми, представление о себе как о родителе, представление об идеальном родителе, образе супруга как родителя общего ребенка, осознанность установок и ожиданий родителя, родительских позиций, чувств, родительского отношения, родительской ответственности, стиля воспитания;
- понимание себя, своих реакций, мотивов родительского поведения, родительской составляющей своей личности.

Разработанные мною на основе тренинга «Осознанное родительство» (автор — доктор психологических наук Р. В. Овчарова) специальные занятия с родителями имеют **цели:**

- формирование осознания важности родительской роли, сопричастности своей семье и процессам, происходящим в ней;
- согласование родительских представлений, ролей, позиций, стилей воспитания, установок от ожиданий супругов;
- повышение родительской компетентности;
- гармонизация семейных взаимоотношений через формирование культуры переживаний и выражения своих чувств.

Для проведения данных занятий классному руководителю, школьному психологу, социальному педагогу необходима **специальная организация пространства**. Лучше всего, если родители сядут в круг или полукруг. Расположение по кругу обеспечивает высокий уровень вовлеченности в работу. В большинстве своем предлагаемые задания выполняются каждым участником индивидуально (одно упражнение на одном родительском собрании), и каждому предоставляется возможность говорить. В кругу все находится в равных условиях, никто не выделяется. Это способствует возникновению чувства общности, сплоченности, защищенности. Создается атмосфера большего тепла и доверия. Круговое расположение обеспечивает свободу передвижения участников для выполнения заданий в группах.

Каждый пришедший на собрание родитель участвует в упражнениях по кругу. Но если кто-то не хочет говорить в самом начале, его не надо принуждать, однако следует вернуться к нему в конце круга. Может быть, он будет готов высказать свое мнение.

**Упражнение «Знакомство» (10-15 мин)**

**Цель:** познакомиться, снять напряжение.

Каждый участник по кругу должен назвать свои имя (отчество) и фамилию и ответить на вопросы:

- Кто Вы по профессии?
- Чем Вы любите заниматься в свободное время? Какие у Вас увлечения?
- Какое у Вас сейчас настроение?

**Комментарии.** Упражнения на снятие напряжения должны быть на каждом подобном занятии. Это могут быть упражнения:

«**Рукопожатие**» (пожать руку всем, кто сидит рядом с Вами);

«**Улыбка**» (улыбнуться соседу справа и соседу слева);

«**Комплимент**» (сказать приятные слова соседям слева и справа) и др.

### Упражнение «Переходим на один язык» (40 мин)

**Цель:** рефлексия опыта родительства, осознание понятия «родительство».

Каждый участник в течение 2-3 мин пишет свои ассоциации к слову «родительство».

#### Общее обсуждение вопросов:

- Стремление стать родителем врожденное или приобретается в течение жизни?
- Какие факторы влияют на исполнение родительской роли (родительская семья, друзья, мораль общества)?
- Являются ли мои роли согласованными с супругом (супругой)?
- В каких сферах воспитания, в каких вопросах чаще возникают разногласия?

### Упражнение «Зеркало» (45 мин)

**Цель:** помочь участникам сформулировать свои личностные затруднения в сфере родительства, дать им понять, что родители не одиноки в своих переживаниях и проблемы есть у каждой семьи.

Разделить лист на две части. В первой части завершить фразу «В родительстве мне нравится...», во второй — «В родительстве особенно трудно и неприятно...».

#### Обсуждение созвучных проблем по схеме:

- Какие проблемы я выделяю?
- Какова моя роль в возникновении проблем?
- Как изменится ситуация, если проблема будет решена?
- Какие затруднения других родителей, рассказанные ими сейчас, мне показались неожиданными?
- Как можно решить данные проблемы?
- Чего больше в родительстве: радостей или огорчений?

### Упражнение «Воспоминания детства» (40 мин)

**Цель:** актуализация состояния «Я – ребенок» (по Э. Берну).

Разговор по кругу: вспомнить и рассказать о самой первой, самой любимой:

- игрушке;
- книжке;
- песне;
- считалке;
- игре.

Можно привести яркое воспоминание из детства.

#### Рефлексия:

- Понравилось ли вам упражнение?
- На какие размышления вас навело участие в упражнении?

### Упражнение «Мир родителя» (50 мин)

**Цель:** выделить проблемы, связанные с родительством, узнать мнения других родителей относительно этих проблем.

Участники делятся на группы по 4-6 человек (супруги не должны попасть в одну группу). Каждой группе дается задание:

1. Выделить проблемные сферы.
2. Назвать родительские опасения.
3. Сформулировать ориентировочные пути их устранения.

Каждая микрогруппа ведет разработку проблемных ситуаций по одному из направлений:

- Родители и близкое окружение (бабушки, дедушки).
- Супруги.
- Родители и ребенок.
- Семья и профессиональная среда.
- Родительство и самореализация.

Каждая микрогруппа представляет результаты своей работы. Их можно не обсуждать.

### Упражнение «Я — родитель» (50 мин)

**Цель:** отработка навыка рефлексии, стимулирование саморазвития.

Участникам предлагается написать родительский «автопортрет» (ответить на вопросы):

- За что меня ценят как отца/мать?
- Что во мне ценит супруга/супруг?
- За что меня могут критиковать дети?
- За что меня может критиковать супруга/супруг?
- Являюсь ли я завершённой, сформировавшейся личностью?
- Если не являюсь, то какие у меня есть резервы внутреннего развития?

Оцените по 10-балльной системе себя как родителя.

**Упражнение “Проективный рисунок”**

**Цель:** помочь участникам взглянуть на семью глазами своего ребенка.

У классного руководителя есть подобные рисунки детей.

Каждый родитель рисует свою семью, как он ее видит. Затем педагог показывает рисунок ребенка, а родитель свой. Все присутствующие высказывают свои предположения о том, что авторы хотели выразить своими рисунками. После чего автор говорит о своем замысле.

**Упражнение “Клубок”**

**Цель:** способствовать групповому сплочению, рефлексии состоявшегося взаимодействия.

Каждый участник по очереди, передавая клубок и одновременно разматывая его, говорит о своих чувствах, о том, что ему понравилось, запомнилось, что было неожиданным.

**Комментарии:** данное упражнение или подобные ему должны проводиться после каждого занятия как итог-рефлексия состоявшегося взаимодействия на родительском собрании.

*ЛИТЕРАТУРА*

Овчарова, Р. В. Психология родительства / Р. В. Овчарова. — М. : Академия, 2005. — 362 с.

Е. А. ЗЕМЦОВА,  
старший преподаватель ИПКиП БГПУ им. М. Танка.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ