

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дворец детского творчества Петроградского района Санкт-Петербурга

**СИСТЕМА РАБОТЫ ШКОЛЫ ГАРМОНИЧНОГО ВОСПИТАНИЯ  
ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ  
ПО ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМУ ПРОСВЕЩЕНИЮ  
УЧАЩИХСЯ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ИХ РОДИТЕЛЕЙ**

Авторы:

**Суханова Лариса Викторовна,**  
педагог дополнительного образования

**Буленкова Наталия Викторовна,**  
педагог дополнительного образования

# **СИСТЕМА РАБОТЫ ШКОЛЫ ГАРМОНИЧНОГО ВОСПИТАНИЯ ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ ПО ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМУ ПРОСВЕЩЕНИЮ УЧАЩИХСЯ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ИХ РОДИТЕЛЕЙ**

В представленных материалах отражен опыт работы педагогического коллектива одного из структурных подразделений Дворца детского творчества Петроградского района Санкт-Петербурга – Школы гармоничного воспитания для старшеклассников - по психолого-педагогическому сопровождению подростков и их родителей.

Представленные материалы могут быть использованы педагогами-психологами, педагогами дополнительного образования, организующими работу со старшеклассниками и их родителями, классными руководителями, специалистами подростково-молодежных клубов.

Современная семья развивается в условиях качественно новой противоречивой общественной ситуации.

С одной стороны, наблюдается интерес общества к проблемам семьи, разрабатываются и реализуются комплексные целевые программы по укреплению и повышению ее значимости в воспитании детей. Так, в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года определены ключевые задачи в области семейного воспитания - сохранение и укрепление традиционных семейных ценностей, повышение престижа семьи, отцовства и материнства, расширение инфраструктуры семейного отдыха, а также создание условий для просвещения и консультирования родителей по правовым, экономическим, медицинским, психолого-педагогическим и иным вопросам семейного воспитания.

С другой стороны, происходят процессы, приводящие к обострению семейных проблем. Это, прежде всего, решение проблем финансового характера, что усиливает тенденцию самоустранения многих родителей от решения вопросов воспитания и личностного развития ребенка. Следовательно, в сложившихся современных условиях семье требуется систематическая и квалифицированная помощь со стороны специалистов воспитания.

Опыт работы Школы гармоничного воспитания направлен на решение вышеобозначенных проблем и опирается на основные положения Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации», Концепции развития дополнительного образования детей, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, предусматривающие соответствие процесса развития личности детей национальному воспитательному идеалу, признание и поддержку определяющей роли семьи в воспитании детей.

**Цель Школы:** обучение родителей и подростков культуре семьи через использование современных форм и технологий.

### **Задачи:**

- способствовать повышению психолого-педагогической компетентности подростков и их родителей;
- содействовать повышению роли отца в семье;
- создание положительной эмоциональной среды общения между детьми, родителями и педагогами через организацию и проведение совместных мероприятий, тренингов, занятий с целью формирования коммуникативной культуры;
- организация сетевого взаимодействия с целью профессионального самоопределения подростков.

### **Содержание работы**

Система работы Школы гармоничного воспитания по психолого-педагогическому просвещению старшеклассников и их родителей – это комплекс мероприятий, включающий в себя 3 тематических блока. Каждый блок – это поиск психолого-педагогических путей совместного взаимодействия подростков и родителей, основанных на принципах эмпатии, добровольности, взаимной терпимости и личной ответственности.

## **Первый блок «МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ»**

Годичный лекторий для родителей «Шаг навстречу», реализуемый совместно с Психолого-педагогическим центром «Здоровье» Петроградского района, представляет собой цикл встреч, в рамках которых родители получают представление о психическом, физическом, интеллектуальном развитии подростков, о типичных ошибках в семейном воспитании, учатся грамотно оценивать проблемные ситуации во взаимоотношениях с детьми, осваивают основные правила организации совместного досуга.

В рамках лектория проводятся:

- лекции «Общение с ребенком: способы коммуникации, барьеры и пути преодоления трудностей», «Виртуальный серфинг: правила безопасного поведения у компьютера»;
- практикумы «Эмоциональный интеллект», «Радуга успеха», «Знакомство с различными техниками общения»;
- семинары «Роль отца в воспитании подростка» (просмотр и обсуждение видеоролика «Мы с папой», подготовленного учащимися Школы гармоничного воспитания для старшеклассников), «Советы родителям: как вести себя с подростком. Методы самоуспокоения и релаксации»;
- коллоквиум «Осторожно, экзамены! Как помочь подростку справиться со стрессом» (просмотр и обсуждение видеороликов «Эмоции», «Реальная история Томаса Эдисона»).

Видеоматериалы, используемые в рамках клубных встреч размещены на сайте ДДТ Петроградского района: <http://www.petroddt.ru/index.php/shkola-garmonichnogo-vospitaniya/94-videomaterialy-shgv>.

Авторами практики разработаны советы родителям «Как вести себя с подростком» (приложение № 1).

## **Второй блок «ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ ПОДРОСТКОВ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ПРОГРАММ»**

Психолого-педагогическое просвещение подростков осуществляется посредством реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ «Вертикаль» и «Психология семейных отношений» для учащихся 8х-10х классов образовательных учреждений Петроградского района (с приглашением родителей).

### **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вертикаль»**

В реализации программы участвуют дети в возрасте 13-17 лет.

В основу содержания Программы положен материал, связанный с психологией личности подростка, психологией делового и межличностного общения, психологией и педагогикой семьи.

Программа «Вертикаль» способствует успешному решению воспитательных задач по социализации, жизненному самоопределению и нравственному становлению подростков и направлена на формирование у старшеклассников *метапредметных* компетенций, необходимых для конструктивного общения с окружающими. Обучаясь в рамках Программы, подростки и родители учатся организовывать досуг, эффективно используя свободное время, то есть участие в программе позволяет качественно улучшить социальные условия развития подростка в настоящем, и, как следствие, повысить его готовность к встрече с будущим.

Для занятий подбираются наиболее актуальные для осмысления темы: «Скажи мне, кто твой друг», «Пойми себя, пойми другого», «Успех и лидерство», «Понять, простить, принять...», «Я выбираю жизнь. «Нет!» - суициду и наркотикам», «Я и мое будущее», «Играйте в жизни только выигрышные роли» и др. Названия тем приближены к восприятию подростков. Темы корректируются в соответствии с выявленными на основе диагностики потребностями обучающихся и их родителей (адаптированные тесты, проективные методики).

Основу технологии составляет авторская модель проведения занятия-диалога со старшеклассниками, построенная на обсуждении притч, ассоциативных картинок и на моделировании и анализе жизненных ситуаций. Это позволяет не только разговаривать, а изменять



реальность на основе осмысленных старшеклассниками идей. Полученные знания реализуются в жизни и досуговой деятельности – в семье, в классе, в общении с друзьями, в досуге, в построении жизненной карьеры.

Открытость встреч способствует вовлечению учителей и родителей обучающихся в образовательный процесс, благодаря чему устанавливаются доверительные и дружеские отношения между участниками программы.

Участие в реализации программы «Вертикаль» способствует укреплению взаимного доверия между старшеклассниками и их родителями.

В Приложении 2 представлен сценарий встречи «Тайна замка Конфликтус».

### **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психология семейных отношений»**

Программа рассчитана на детей в возрасте 15-17 лет.

Программа «Психология семейных отношений» базируется на положении о том, что ключом к решению семейных проблем является формирование позитивного подхода к самому себе, своим близким и любому событию в семейной жизни. Умение видеть положительные стороны даже в недостатках помогает прощать, учит принимать человека и события такими, какие они есть, что дает силу и энергию для решения непростых семейных проблем. Знание особенностей гендерной психологии помогает правильно выстраивать отношения с противоположным полом.

Содержание программы определяется психолого-возрастными особенностями подростков и степенью подготовленности к восприятию предложенного материала. Программа опирается на научные психолого-педагогические теории Л.И.Божович, Л.С.Выготского, И.П. Иванова, И.С.Кона, Д.Б. Эльконина.

Главными результатами освоения Программы в области личностного развития являются бережное отношение к своим близким, интерес к своей собственной семье, гордость за свой род.

**Ссылка на программу ШГВ «Психология семейных отношений»**

[http://petroddt.ru/dokumenty/administr/Obraz-progr/skola-garm-vosp/Psih\\_sem\\_otn.pdf](http://petroddt.ru/dokumenty/administr/Obraz-progr/skola-garm-vosp/Psih_sem_otn.pdf)

### **Третий блок «СОВМЕСТНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ»**

В рамках этого блока проводятся совместные встречи подростков и родителей в рамках дискуссионно-психологического клуба «Ситуация», где участники диалога пытаются найти ответы на волнующие их вопросы. Тематика встреч определяется участниками клуба, например, «Я и моя семья», «Конфликт и формы его преодоления», «Здоровье и карьера».

Позиция педагогов-психологов – ведущих клуба - заключается в следующем: «индивидуальный подход к участникам клуба с целью психологической поддержки, развития творческих способностей в обстановке эмпатии». Для углубления эмоционального воздействия на участников клуба и развития интереса применяются следующие формы работы: диспуты, конкурсы, тренинги, моделирование проблемных ситуаций, просмотр и обсуждение видеороликов, создание тематических видеороликов. На встречах разыгрываются конфликтные ситуации, которые разбираются с позиции ребят и родителей. Итоговая клубная встреча проходит в форме праздника «Мы вместе».

**По всем интересующим вопросам, связанным с реализацией программ  
можно обращаться в ГБУ ДДТ Петроградского района  
Суханова Лариса Викторовна, [larisa9538586@mail.ru](mailto:larisa9538586@mail.ru)**

## Список литературы

1. Буленкова Н.В., Суханова Л.В. Помогите! Подросток... // Воспитание школьников: теоретический и научно-методический журнал. - 2015. - № 1. - С.63-65. - (Педагогу дополнительного образования).
2. Буленкова Н.В., Суханова Л.В. Тайна замка Конфликтус (Сценарий встречи дискуссионно-психологического клуба) // Школьный психолог: методический журнал для педагогов-психологов. - 2016. - № 4 - С.36-38. – (Психолог у доски).
3. Буленкова Н.В., Суханова Л.В. Исследование мотиваций и жизненных ценностей детей подросткового возраста (из опыта работы Школы гармоничного воспитания для старшеклассников) // Воспитание школьников: теоретический и научно-методический журнал. - 2018. - № 5. - С.38-42. – (Педагогу дополнительного образования).
4. Суханова Л.В., Буленкова Н.В. Игровой прием «Раскрой себя» для подростков 14-17 лет // Сборник авторских игровых приемов «Игробанк»: методическое пособие. – Выпуск № 2. – Санкт-Петербург, ГБНОУ «СПБ ГДТЮ», 2017 – с. 27-28.
5. Буленкова Н.В., Суханова Л.В. Программа родительского всеобуча «Мы вместе» как эффективная форма работы с родителями // Дополнительное образование детей в Санкт-Петербурге – СПб.: «Издательство «МКС», 2017. – С.23-25.

### Советы родителям «Как вести себя с подростком»

Уважаемые родители!

Предлагаем вам советы, которые помогут вам при общении с детьми подросткового возраста.

1. Главной заповедью сделайте заповедь «Не навреди...». Мы не всегда знаем, как подросток превращается во взрослого человека. Одни быстро взрослеют, другие – скачками, а третьи – очень медленно.
2. Никогда не занимайтесь воспитанием в плохом настроении. Основой эффективного стиля воспитания в семье является положительная эмоциональная установка.
3. Сильнейшей эмоциональной травмой данного возрастного периода может являться простое сравнение подростков друг с другом (с друзьями, одноклассниками, братьями, сестрами). У них очень неустойчивая психика, не навешивайте ярлыков при общении, задевающих их самооценку (бездарь, тупой, неуклюжий...)
4. Не сравнивайте юношей и девушек, не ставьте одних в пример другим. Они разные, даже по биологическому возрасту.
5. Не критикуйте подростка за неумение, помогайте найти пути решения проблемы. Бойтесь появления у него «опыта выученной беспомощности».
6. Учеба уходит на последний план, группа сверстников становится для подростка референтной, появляются проблемы с памятью, вниманием. Подросткам необходимо ваше внимание, подбадривание. Будьте приветливы, больше радости. Используйте фразы: «Я знаю, что ты можешь это сделать!», «Мне нравится, когда ты...».
7. Именно в этом возрасте произрастает удивление перед неисчерпаемостью жизни, желание много знать, переживать вдохновение, и в тоже время - легкомысленное отношение к учебе, романтическая восторженность и грубые выходки, необходимо развивать их душу: хорошая литература, спектакли, встречи с яркими личностями.
8. В 7-8 классах подростки очень ценят во взрослых эрудицию, увлечения, хобби.
9. Не принимают, когда родитель не выслушивает мнение подростка.
10. Очень важна поддержка со стороны родителя, укрепление самооценки.
11. Родители, особенно папы, чаще делайте комплименты своим детям.



Сценарий встречи «Тайна замка Конфликтуса»



Ведущий 1: Сегодня мы совершим путешествие в замок Конфликтуса.

Ведущий 2: В этом путешествии вас будут сопровождать два гида (представление ведущих).

Ведущий 1: Наши помощники - Хозяин и Хозяйка этой встречи сегодня будут выполнять роль инструкторов (им вручаются пилотки).

Ведущий 2: Посмотрите внимательно на карту. Нам предстоит разгадать тайну «Замка Конфликтуса». Путь будет не простым, и только при вашем активном участии мы сможем справиться с этой задачей. И первое, что нам надо сделать – это собрать рюкзак.

Ведущий 1: Инструкция: каждому участнику необходимо положить в рюкзак одну нужную для него в походе вещь. Показать этот предмет невербально, вслух предмет не называть, повторяться нельзя. Один из участников назовет все положенные в рюкзак вещи.

*Игра «Собери рюкзак»*

Ведущий 1. Рюкзаки собраны. Мы отправляемся в путь.

*Звучит веселая походная музыка.*

Ведущий 2: Первая наша остановка на «Водопаде Ассоциаций». (Инструктор ставит значок на карте). На природе так приятно поиграть с мячом, но игра будет необычная. Каждый из нас не раз побывал в конфликтной ситуации. Эти ситуации вы разрешали по-разному. Предлагаем вам подобрать ассоциации к слову «конфликт». Тот, у кого оказался мяч, называет ассоциацию к слову, повторяться нельзя, используются только имена существительные, например, ссора, обида. Тот, кто не называет или повторяет уже названное слово, выходит из игры.

*Двум оставшимся в кругу учащимся инструктор вручает блокнот и ручку для записи путевых заметок.*

Ведущий 1: Дальше наш путь ведет на «Равнину Отражения». (Инструктор ставит значок на карте).

*Звучит бодрая походная музыка.*

Ведущий 1: Объявляется привал. Располагайтесь удобнее.

Ведущий 2: На «Равнине Отражения» для вас отразятся конфликтные ситуации из художественного фильма «Родня». Обратите внимание, между кем возник конфликт и почему?

*Демонстрация фрагмента из фильма.*

Ведущий 1: Как вы думаете, что привело героев фильма к конфликтной ситуации и был ли разрешен конфликт?

Ведущий 2: *Обобщает ответы детей: «Очень часто при возникновении внутреннего конфликта, не решая его, мы переносим негативное состояние на других, чаще на самых близких».*

Ведущий 1: Попадая в конфликтную ситуацию, все по-разному переживают это состояние: кто-то попадает в «Море Слез», кто-то в «Лес Грусти», в «Пещеру Страха», в «Вулкан Гнева», в «Болото Молчания», во «Впадину Обид». *(Инструктор ставит значки на карте).*

Ведущий 2: Просим поделиться вас своими переживаниями, когда вы находились в конфликтных ситуациях: в «Море слез», «Вулкане Гнева», «Впадине обид», расскажите о своих чувствах *(Инструктор вручает блокноты и ручки тем, кто был активен).*

*Ведущий 2: Делает вывод: «Эти географические места помогают снять внутренний эмоциональный накал, но, к сожалению, не решают конфликта».*

Ведущий 1: Предлагаем вам послушать притчу про двух друзей, идущих в пустыне. *Как-то два друга много дней шли в пустыне. Однажды они поспорили, и один из них сгоряча дал пощёчину другому. Его друг, почувствовал боль, но ничего не сказал. Молча он написал на песке: "Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощёчину". Друзья молча продолжали идти и через много дней нашли оазис, в котором они решили искупаться. Тот, который получил пощёчину, едва не утонул и его друг его спас. Когда он пришёл в себя, то высек на камне: "Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь". Тот, кто дал пощёчину и спас жизнь своему другу, спросил его: "Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему?". И друг ответил: "Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны высечь это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это". Научись писать обиды на песке и высекать радости на камне.*

Какие чувства вызвала у вас эта притча? *(Ответы участников)*

Ведущий 2: В психологии существует несколько стратегий поведения в конфликтных ситуациях. И мы снова возвращаемся в «Равнину Отражения».

*Звучит походная музыка.*

*Демонстрация мультфильма «Мост».*

Ведущий 2: В мультфильме «Мост» были показаны две стратегии поведения в конфликтной ситуации. Какие? Какой стиль поведения вам ближе, почему? *(Идет обсуждение).*

Ведущий 2: Чтобы узнать, какой выход из конфликта конструктивный, мы отправимся на «Хребет Поиска». *(Инструктор ставит на карте значок).*

Ведущий 1: Мы хотим познакомить вас с двумя основными стратегиями поведения во время конфликта. Первая из них – соперничество, когда участник конфликта всеми способами (криком, дракой, оскорблениями, манипуляцией...) стремится доказать свою правоту.

Ведущий 2: Вторая стратегия – сотрудничество. Сотрудничество – поиск нового решения при помощи конструктивного диалога, а именно – осознание ситуации, готовность идти на компромисс, взаимные уступки, мозговая атака, поиск нового варианта.

Ведущий 2: Объявляется привал. На привале часто играют, и мы предлагаем вам разыграть ситуации этих двух стратегий поведения в конфликте.

*Ситуация: Родители не отпускают на дискотеку (разыгрывают ситуацию инструкторы, один инструктор – родитель, другой – ученик).*

Ведущий 1: Первый вариант – обе стороны не удовлетворены, внутри обида, агрессия. Второй вариант – стороны договариваются, идя на компромисс и взаимные уступки.

На «Хребте Поиска» мы предлагаем вам посоревноваться в искусстве говорить комплименты. Вспомним, что такое комплименты и как правильно их использовать.

*Звучит походная веселая музыка.*

Ведущий 1: Мы отправляемся в «Долину релаксации» *(Инструктор ставит значок на маршруте).*

Ведущий 2: Сейчас вы должны разбиться на пары (юноша и девушка) и осуществить спуск в «Долину релаксации».

*Звучит спокойная музыка: шум океана, пение птиц, крик чаек.*

Ведущий 1: Вы молодцы! Спустились без травм и ссор. Предлагаем подарить друг другу комплименты *(участники делают комплименты).*

Ведущий 1: Спасибо. Ведь именно комплименты помогают найти взаимопонимание. Конфликты же часто приводят к психосоматическим болезням: головные боли, гастриты и язва желудка, аллергии, заболевания позвоночника, бронхиты, астма. Поэтому необходимо снимать нервное напряжение. Для этого существуют определенные приемы и техники.



Ведущий 2: В «Долине Релаксации» мы хотим познакомить вас с некоторыми методами расслабления и освобождения от негативных эмоций.

Итак, метод «Самоуспокоение»:

- Прежде чем ответить сопернику, необходимо посчитать до 10.
- Если вы часто раздражаетесь, необходимо в кармане иметь мелкие предметы (пуговицы, горошины, четки) и перебирать их во время диалога.

А сейчас предлагаем всем встать, вытянуть руки перед собой ладонями вверх, представить, что ваше тело – это сосуд, наполненный негативными эмоциями. Медленно поднимите руки вверх, встаньте на носки, подтянитесь и резко опустите руки вниз и с выдохом произнесите «ха!», повторите три раза.

Ведущий1: Следующий метод «Визуализация»: можно попробовать вместо ответа увидеть соперника в смешном виде, например, маленького роста, малышом с соской во рту, или представить, что между вами стеклянная стена - гнев уменьшится или совсем исчезнет.

Ведущий2: Метод «Данс-терапия»: предлагаем всем встать и под музыку повторять движения за ведущим.

*Звучит музыка, все выполняют танцевальные движения.*

Ведущий1: Итак, наше путешествие подошло к концу. Мы оказались у «Реки Жизни». *(Инструктор ставит значок).*

Ведущий 2: Жизнь часто сравнивают с рекой. Вода в реке все время меняется, так и в жизни сменяются события: то веселые, то грустные, то счастливые, то конфликтные. В «Реке Жизни» конфликты неизбежны. Но благодаря конфликтам мы движемся вперед и меняемся.