

2019

Сборник
методических рекомендаций по
организации и проведению
семейного клуба



Автономная
некоммерческая
организация «Центр
социальных проектов»

**Автономная некоммерческая организация
«Центр социальных проектов»**

**Сборник
методических рекомендаций
по организации и проведению
семейного клуба**

Тамбов, 2019

Сборник методических рекомендаций по организации и проведению семейного клуба / сост. Т.В. Илясова, И.А. Вахрушева, Н.В.Гончарова, Е.В. Сорокина – Тамбов, 2019. – 30 с

«Сборник методических рекомендаций по организации и проведению семейного клуба» рекомендован специалистам занимающимся сопровождением молодых родителей с детьми.

Сборник составлен в рамках проекта «Ясемья» поддержанного Фондом президентских грантов

АНО «Центр социальных проектов», 2019 г.

Содержание

Особенности проведения клубных и досуговых форм работы с выпускниками организаций для детей – сирот и их семей	4
Упражнения для занятий в клубе	11
Анкета обратной связи для родителей	25
Отзывы участников клуба	26
Фотогалерея	27
Литература	29

Особенности проведения клубных и досуговых форм работы с выпускниками организаций для детей – сирот и их семей

Что такое клуб? Объединение людей на основе общих интересов (деловых, познавательных, развивающих, развлекательных и т.д.), зачастую официально в сообщество, организацию, ассоциацию.

Семейный клуб для молодых родителей из числа выпускников организаций для детей - сирот – это средовая форма работы, которая позволяет формировать навыки позитивного социального взаимодействия, конструктивного разрешения конфликтов, организации досуга семьи.

Реабилитационная среда в семейном клубе – это специально организованное пространство отношений, направленное на создание условий для осуществления взаимной поддержки и помощи участников, а также для формирования и развития необходимых социальных компетенций и навыков конструктивного взаимодействия детей и взрослых.

Составляющие реабилитационной среды:

- низкопороговый доступ, атмосфера принятия;
- безопасность и понятные правила функционирования;
- практика, практика и еще раз практика;
- возможность для свободного общения;

- непосредственная связь содержания с восстановлением функций семейной системы и повседневной жизни семьи;
- развитие рефлексорной позиции, побуждение к осознанности и управляемости родительской позиции, позитивная и корректирующая обратная связь;
- внимание к переживаниям и эмоциям;
- ценность каждого участника и любого опыта.

Формирование реабилитационной среды для семей с детьми (семейный клуб «Ясемья»)

Цель: оказание психолого – педагогической поддержки семье выпускников организаций для детей – сирот.

Задачи:

- создание реабилитационной развивающей среды общения для детей – и взрослых;
- предоставление психолого – педагогической и социальной поддержки семьям – получателям услуги;
- организация совместных мероприятий членов семейного клуба.

Целевая группа: семьи, выпускников, организаций для детей – сирот, с детьми, отвечающие следующим критериям:

- недостаточный уровень родительских компетенций, знаний об особенностях и закономерностях развития ребенка;
- отсутствие опыта организации конструктивного досуга и общения;

- дефицит позитивных социальных контактов, потребность в социальной включенности, уважении.

Направления работы

Досуговый компонент:

- накопление опыта позитивной совместной деятельности;
- расширение сферы внутрисемейного общения, формирование навыков семейного досуга;
- становление семейных традиций, ритуалов, правил;
- развитие коммуникативных и социальных навыков участников;
- расширение сети социальных поддерживающих контактов.

Социальный компонент:

- развитие социальной сети контактов – инфраструктура и люди;
- развитие навыков пользования социальными услугами;
- организация обменом жизненного, бытового и педагогического опыта;
- направление семьи на необходимые услуги «открывашка».

Духовно-нравственный компонент:

- развитие родительской компетентности в духовно-нравственном воспитании детей;

- создание условий для становления собственной культуры;
- коллективное творческое дело.

Принципы организации работы клуба:

1. Периодичность.

Занятия в клубе проводятся по субботам в первой половине дня. Что очень удобно для молодых родителей с маленькими детьми. Периодичность не реже одного раза в месяц.

Принцип распространяется и на темы, которые обозначали направления работы в течение этого клубного дня:

- «Здоровье ребенка»
- «Развод и дети»
- «Семейная бухгалтерия»
- «Эмоциональное здоровье семьи»
- «Мастер – класс «Дом мечты, или как сделать дом уютным»
- «Кулинарные секреты счастливых отношений»
- «Разница в воспитании мальчиков и девочек»
- «Тайм менеджмент для мам»
- «Семейная летопись. Инсталляция «Семейный альбом»
- «Внутренние и внешние границы семьи»
- «Пикник на природе»
- «Чем заняться в декрете, Бизнес – идеи»
- «Игры для развития детей»

«Уроки стиля»
«Семейная традиция».

2. Прогнозируемость.

Структурирование внутреннего содержания дня в Клубе является важным для выпускников, так как знание о том, что их ожидает, снижает тревожность перед неизвестным, способствует расслаблению и повышению внутренней активности.

Каждое занятие состоит:

- приветствие, с которого начинается занятие;
- работа секции для детей (развивающее пространство для детей: игровое, художественное, конструкторское и др.);
- работа группы родителей, (в начале дня, пока познавательный интерес детей велик ко всему, родители слушают информационное сообщение или обсуждают вопросы (воспитания, личностные и т. д.), получают эмоциональную разгрузку);
- совместная детско-родительская деятельность (творческое занятие по изготовлению поделок, различных интерьерных штучек для дома, организация и проведение праздника (календарного, тематического) и др.);
- совместное чаепитие (за чаем продолжается непринужденная беседа участников клуба, что способствует формированию доверительных отношений, традиций);

- индивидуальное консультирование (по запросу);
- организованное прощание, которое также как и приветствие носит традиционный характер;
- совместная уборка помещения в конце работы.

3. Совместность.

Деятельность в клубе совместная и носить творческий, эмоционально привлекательный и жизненно важный характер.

4. Добровольность.

Выбор форм (активного или пассивного) участия в работе клуба добровольный.

5. Открытость.

Клуб открыт для всех молодых родителей из числа выпускников организаций для детей – сирот.

6. Соблюдений правил клуба.

Нельзя:

- сквернословить;
- приходить нетрезвым;
- родители не должны наказывать ребенка (бить).

Родители должны:

- приносить еду для своего малыша, если ему требуется специальное питание;
- приносить с собой сменную обувь для себя и своего ребенка;
- отвечать за безопасность своего ребенка.

Результатом работы клуба для молодых родителей из числа выпускников организаций для детей – сирот является:

- расширение кругозора о социальной, правовой, медицинской, досуговой и др. инфраструктуре города;
- расширение социально-бытового опыта в области проведения организованного семейного досуга;
- предоставление дополнительных возможностей для социализации семей и укрепления детско-родительских отношений;
- повышение родительской компетентности;
- улучшение качества детско-родительской привязанности.

Упражнения для занятий в клубе

Упражнение «Помнишь мое имя?»

(участники сидят в кругу)

Описание: В начале игры каждый из участников получает жетон, на который записывает свое имя. Ведущий обходит всех участников с коробкой, куда каждый кладет свой жетон, громко называя свое имя. Жетоны перемешиваются и ведущий вновь обходит аудиторию. Теперь каждый из участников должен вспомнить, кому принадлежит тот жетон, который он достает из коробки. (10 мин).

Упражнение «Символ»

(участники сидят в кругу)

Описание: «Нарисуйте личный символ, который характеризует ваш характер. Это может быть что угодно – животное, птица, насекомое и т. д. Затем объясните почему вы выбрали именно этот символ. (5 мин)

Упражнение «Меняемся местами»

(участники сидят в кругу, тренер стоит в центре круга)

Описание: «Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: водящий в центре круга (в данный момент - я) предложу поменяться местами всем тем, кто обладает каким-то признаком (например, все, кто в брюках). Моя задача занять одно из пустующих мест. Кто остается без места

становится водящим. Итак, меняемся местами ...(10 мин)

Упражнение «Снежный ком»

(участники сидят в кругу)

Описание: участник, получая игрушку-символ, рассказывает о каком-нибудь совместном занятии с ребенком, происходившем на неделе между занятиями, затем передает игрушку следующему участнику. (5 мин).

Упражнение «А я еду»

(участники сидят на стульях по кругу, один стул должен быть свободным)

Описание: Начинает игру ведущий, рядом с которым пустой стул. Он пересаживается со своего места на пустой стул со словами: «А я еду»! Игрок, рядом с которым оказался пустой стул, пересаживается на него и говорит: «А я рядом!». Следующий участник, рядом с которым оказался пустой стул, пересаживается на него и говорит: «А я зайцем.». Следующий игрок, пересаживаясь на пустой стул отвечает: «А я еду с ...» При этом называется имя любого участника. Тот, кого назвали, пересаживается на пустой стул. Игрок, рядом с которым оказался пустой стул вновь начинает игру. Игра продолжается до тех пор, пока участники не захотят ее закончить (10 мин).

Упражнение «Лобное место»

Описание: каждый из участников (по очереди), передавая игрушку (символ группы), делится впечатлениями прошедшей недели, рассказывает о совместном мероприятии с ребенком.

Упражнение «Путаница»

(участники стоят в кругу)

Описание: все участники стоят в кругу и держатся за руки. Выбирается водящий, который выходит за дверь. Игроки запутываются, не разжимая рук, можно переступать через сцепленные руки. Задача водящего - распутать клубок. Затем водящим становится кто-то другой (15 мин).

Упражнение «Найди себе пару»

(Участники стоят полукругом)

Описание: Ведущий раздает заранее приготовленные листочки с написанными на них названиями животных каждому участнику. Поскольку все названия парные, каждый сможет найти себе пару после команды тренера.

«Закройте глаза. По моей команде каждый из вас начинает кричать на языке своего животного. Ваша задача, не открывая глаз, по голосу найти свою пару (10мин).

Упражнение «Комплименты»

(участники сидят в кругу)

Описание: «Сейчас мы будем говорить друг другу комплименты. Нужно бросить мяч любому из участников и сказать ему что-то приятное. А тот отвечает: «да, конечно, но кроме того я еще и... (5 мин)

Упражнение «Кричалки-шепталки-молчалки»

(родители сидят в кругу, дети стоят в середине круга).

Описание: Раздать взрослым три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку», - детям можно бегать, кричать, сильно шуметь. Желтая ладонь – «шепталка» - надо тихо передвигаться и шептаться. На сигнал «молчалка» - синяя ладонь - дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалками».

Обсуждение упражнения с детьми.

Упражнение «Дыхание Доброго Животного»

(разбивают участников по семьям)

Описание: «Сейчас я взмахну волшебной палочкой и превращу вашу семью в Большое Доброе Животное, возьмитесь за руки, давайте изобразим, как оно дышит: вдох — делаете шаг на встречу друг другу. Выдох — шаг назад. Животное дышит ровно и спокойно. Послушаем, как бьется его большое сердце. Стук — шаг вперед. Стук — шаг назад. Очень важно все делать одновременно.

Упражнение «Лучшее воспоминание детства»

Описание: «Передавая игрушку, расскажите о своем самом ярком воспоминании из детства. Что вы чувствовали в тот момент? Что понравилось или расстроило?» (10 мин).

Упражнение «Ассоциация»

Описание: тренер смотрит на соседа справа и говорит, с каким месяцем он у него ассоциируется, и далее все продолжают по кругу. Затем все рассаживаются по порядку месяцев в году и вновь, глядя на соседа справа, (но это уже другой человек) объясняют, почему у этого человека именно такой месяц (5мин)

Упражнение «Фигуры»

(участники стоят в кругу)

Описание: «Для выполнения следующего упражнения нужно, чтобы вся группа встала в круг. Возьмите в руки веревку и встаньте так, чтобы образовался правильный круг. Теперь закройте глаза и не размыкая их, постройте квадрат. Использовать можно только устные переговоры. Когда вы посчитаете, что задание выполнено, дайте мне знать».

«Сейчас я предложу вам в таких же условиях построить другую фигуру. Сможете построить ее за более короткое время? Хорошо. Предлагаю повторить эксперимент. Закрываем глаза. Ваша задача построить равносторонний треугольник».

Обсуждение упражнения:

Как вы считаете, вам удалось выполнить задание?

Что мешало, а что помогало построить фигуру?

Упражнение «Сиамские близнецы»

(пара - родитель и ребенок)

Описание: «Разбейтесь на пары, встаньте плечом к плечу, обнимите друг друга одной рукой за пояс, правую ногу поставьте рядом с левой ногой партнера. Теперь вы сросшиеся близнецы: две головы, три ноги, одно туловище, и две руки. Попробуйте походить по помещению, что-то сделать, лечь, встать, порисовать, попрыгать, похлопать в ладоши и т.д.» Чтобы «третья» нога действовала «дружно», ее можно скрепить либо веревкой, либо резинкой. Кроме того, близнецы могут «срастись» не только ногами, но спинами, головами и др.

Упражнение «Тень»

(участники разбиваются на пары родитель-ребенок)

Описание: Один (родитель) - путник, другой (ребенок) – его тень. Путник идет через поле, а за ним, через 2-3 шага сзади, его тень. «Тень старается, точь в точь, скопировать движения путника. Через некоторое время участники меняются ролями (10 мин)

Упражнение «Клубок»

(участники сидят в кругу)

Описание: каждый участник по очереди, передавая клубок и одновременно разматывая его, говорит о своих чувствах, том, что понравилось, запомнилось, было неожиданным. Ведущий выступает последним, резюмирует, подытоживает день, настраивает на позитивное мышление. (10 мин.)

Упражнение «Родители и дети»

Описание: «А сейчас, взмахну волшебной палочкой и поменяю вас местами. Теперь родители превратились в детей, а дети в родителей. Родители, вы очень любите своего ребенка, хотите, чтобы он вырос хорошим человеком, и поэтому даете ему советы, каким ему следует быть (аккуратным, вежливым, послушным...). Дети в роли родителей (по очереди) начинают давать советы родителям (детям). (10 мин.)

Обсуждение чувств, возникших во время выполнения упражнения.

Упражнение «Слепой»

(пары – родитель и ребенок сидят рядом за столами)

Описание: мама и ребенок сидят рядом за столом. Перед ними лежит лист бумаги. Одному из партнеров завязывают глаза, и только ему разрешается рисовать. Другой партнер с открытыми глазами будет управлять движениями руки «слепого» игрока. Затем происходит обмен ролями (20 мин)

Обсуждение упражнения.

Что было труднее: рисовать с закрытыми глазами или руководить рисующим? Почему?

Что больше понравилось: рисовать или руководить? (10 мин).

Упражнение «Мозговой штурм»

(участники сидят полукругом)

Описание «Сейчас я раздам вам карточки с афоризмами о семье. Ваша задача – прочесть и рассказать нам, как вы поняли написанное. Согласны ли вы с написанным? Можно привести примеры из собственной жизни» (20 мин).

Упражнение «Волшебная палочка»

Описание: Участникам группы дается задание в течение 1 минуты подумать и сказать: «Если бы у моей мамы (у моего ребенка) была волшебная палочка, то она (он) бы загадал (а)...» (5 мин.)

Упражнение «Слепое слушание»

(родитель и ребенок сидят за столом напротив друг друга, между ними ставится перегородка).

Описание: каждому из участников в паре раздается по семь спичек. Родитель строит за перегородкой из своих спичек какую-нибудь фигуру, а затем словами пытается объяснить ребенку, как ему построить такую же. Ни родитель, ни ребенок не должны видеть действия друг друга. По окончании работы перегородка убирается, а фигуры

сравниваются. Затем родитель и ребенок меняются ролями. Если паре очень легко дается выполнение этого задания, то количество спичек можно увеличивать. (15-20 мин.)

Обсуждение упражнения:

Сложно ли было объяснять, без помощи рук, как построить фигуру? Почему?

Сложно ли было понять со слов партнера как построить фигуру? Почему?

Упражнение «Что говорит тебе кукла?»

Описание: ведущий берет в руки куклу и обращаясь к участникам говорит: «К нам в гости пришла очень мудрая и проницательная дама. (Обращаясь к соседу слева). Она все про вас знает. Возьмите ее в руки так, чтобы она смотрела на вас. Что она может сказать вам? Может что-то посоветует?» Участник, к которому обратился ведущий должен ответить на вопрос прямой речью. Например, «Миша, веди себя прилично!» или «Ты слишком доверчива, Таня».

Обсуждение упражнения. Заданная ведущего установка на мудрость и проницательность «дамы» способствует тому, что каждый участник игры вкладывает в уста «дамы» фразу, связанную обычно с актуальной для него проблемой (15 мин).

Упражнение «Построение»

Описание: «Сейчас мы с вами будем строиться. Первое задание — построиться по росту». Ведущий

засекает время, затем сообщает группе, сколько ушло времени на выполнение команды и проверяет правильность исполнения. «Следующее условие — построиться по цвету волос, от светлого к темному (процедура повторяется) и т.д.». (15 мин).

Упражнение «Водитель»

(по парам)

Описание: Участники свободно перемещаются в помещении парами, при этом один участник (водитель) находится за спиной у другого, направляя его (автомобиль) за плечи. Глаза направляемого участника закрыты, он должен полностью доверять своему водителю в том, что их пара не столкнется с другой. Через некоторое время ведущий просит пары поменяться местами. Если игра получается, то ведущий просит прибавить скорость. (10 мин)

Обсуждение упражнения. Обмен чувствами, впечатлениями:

Каково вам было находиться в роли «автомобиля»?

Комфортно ли вам было с вашим «водителем»?

Что вы чувствовали, когда были «водителем»?
(10мин)

Упражнение «Подарки»

Описание: каждая семейная диада (триада) после 2 — 3 мин обсуждения «дарит» другим семьям то, чего им не хватает для полной гармонии в семье. Например: «Света и Алеша, мы хотим вам подарить уверенность в

своих силах, оптимизм. Как только вы перестанете сомневаться в себе, вы будете самой гармоничной семьей». Свое послание необходимо закончить словами: «У вас будет все замечательно, потому что вы – отличная семья!».

Упражнение «Выслушай другого»

(родители делятся на пары и садятся напротив друг друга)

Описание: Сначала первый участник выражает свое мнение по поводу заданной темы, а второй внимательно слушает, стараясь запомнить сообщаемую информацию, затем пересказывает, как можно ближе к тексту. При слушании второй участник использует ключевые слова: «как я понимаю...», «другими словами, ты считаешь...», «если я тебя правильно понял...». Через 3 минуты ведущий останавливает беседу. «Сейчас у говорящего будет одна минута, в течение которой надо будет сказать «слушающему», что в его поведении помогало, а что затрудняло рассказ. Затем пары меняются местами.

Пример темы для обсуждения: «Трудности и проблемы в воспитании ребенка» (20 мин).

Обсуждение упражнения:

Получилось ли «хорошо» слышать другого?

Что помогало, а что затрудняло рассказчика? (10 мин)

Информационная часть.

Информирование родителей включает рассказ о том, какое может быть слушание – пассивное

(безмолвное) и активное (рефлексивное). Активное слушание создает доверительные отношения, родители могут понять ребенка, прочувствовать его переживания, а у детей появляется желание прислушаться к мнению родителей. Приемы активного слушания:

пересказ – изложение своими словами того, что сказал собеседник;

уточнение – направлено на выяснение, конкретизацию чего-то («Ты сказал, что это происходит давно, а как давно это происходит?»);

отражение чувств – проговаривание чувств, которые испытывает другой человек («Мне кажется, ты обижен...»);

проговаривание подтекста – проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие мыслей собеседника (например, у фразы «Мама, а ты не заметила какую уборку я сегодня сделал?», подтекст может быть таким: «Ты бы меня похвалила?»);

резюмирование используется в продолжительных беседах («Итак, мы договорились с тобой...»).

Правила «хорошего» слушания:

Слушай внимательно, обращай внимания не только на слова, но и на невербальные проявления собеседника (мимика, жесты, поза).

Проверяй, правильно ли ты понял слова собеседника, используя приемы активного слушания.

Не давай советов.

Не давай оценок (15 мин).

Упражнение: «Слушать чувства».

Описание: ведущий зачитывает какое-то сообщение от имени ребенка, а задача родителя сформулировать в утвердительной форме те чувства, которые они услышали в этом сообщении.

Примеры сообщений:

«Я больше никогда не буду играть с Олей, она плохая!»

«У меня завтра контрольная.»

«Все дети поехали к морю. Мне не с кем играть».

«Математика очень трудная. Я слишком глупый, чтобы в ней разобраться».

Далее родители, по очереди, называют сообщение, а остальные формулируют чувства (15 мин).

Упражнение «Яркое негативное воспоминание детства, связанное с наказанием родителями»

Описание: необходимо вспомнить какое-нибудь наказание из своего детства, которое запомнилось на всю жизнь, оставило след. Поделиться своими переживаниями в кругу (15 мин).

Обсуждение с родителями следующих вопросов:

Какие методы поощрения и наказания используются в семье?

Нужны ли физические наказания? (40 мин)

Родители заполняют анкету «Методы воздействия на ребенка» (10 мин)

Знакомство родителей с каталогом негативных эффектов типичных родительских реакций (по Т. Гордону) (10 мин)

Упражнение «Если бы...»

(все участники сидят в кругу)

Описание: Ведущий обращается ко всем взрослым и просит их немного пофантазировать: что было бы, если бы они на миг стали детьми – дочками и сыновьями. Затем тренер передает мяч по кругу и просит взрослых по очереди сказать буквально по одному предложению, чтобы они хотели сделать в этой ситуации или попросить и т.д. (10 мин.)

Анкета обратной связи для родителей

1. Возраст ребенка:

2. Пол ребенка:

3. Что для Вас является значимым во время занятий в клубе:

4. Какие изменения Вы наблюдаете в развитии ребенка:

5. Что для Вас наиболее ценно и интересно в работе клуба:

6. Ваши пожелания по дальнейшей работе клуба:

Отзывы участников клуба

«Ходили в клуб молодых родителей. Я думаю, что день провели хорошо и весело, развивались. На душе хорошо, что сын получает новые знания и навыки»

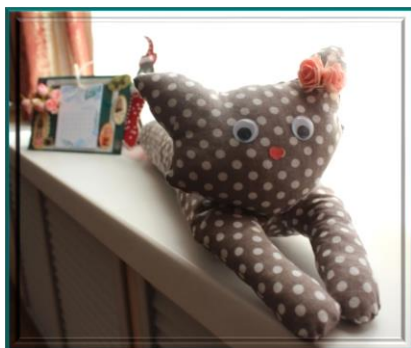
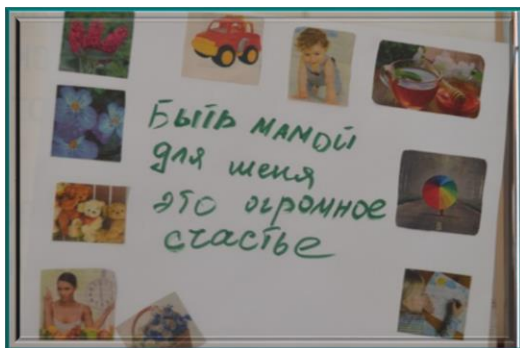
«Играть вместе это так здорово!»

«До обеда ходили на занятие в клуб. Вечером сели вместе рисовать. Сынуля нарисовал семью. Нарисовал меня, себя и кошку и солнце мы на улице гуляем. Похвалила, радуюсь и восхищаюсь им»

«Сегодня поняла на занятии как люблю своих мальчиков, буду делать все, чтобы они выросли здоровыми, умными детками. Режим дня и питание залог их здоровья»

«Поначалу было непривычно ходить в клуб, а потом стало интересно. Я стала больше понимать своего ребенка»

Фотогалерея





Литература.

1. Антонов А.И. Микросоциология семьи. М.: ИНФРА -М, 2005. 368 с.
2. Мудрик А.В. Социализация и воспитание / А.В. Мудрик. М.: Сентябрь, 1997. 96 с.: Б-ка ж. «Директор школы». 1998. № 1.
3. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Психология сиротства. 2-е изд. СПб.: Питер, 2005. 400 с.
4. Шипицина Л.М. Психология детей-сирот. Учебное пособие. СПб.: Изд-во С.- Петерб. ун-та, 2005. 628 с.
5. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. 2-е изд., расшир.и доп. СПб.: Питер, 2000. 635 с.,
6. Семейный клуб: опыт учреждений социального обслуживания населения Санкт-Петербурга / под ред. В.А. Барабохиной, к. п. н., Ю.Ю. Ивашкиной, О.В. Костейчука, С.П. Павлова; СПбГБУ «Городской информационно-методический центр «Семья». – СПб.: СПбГБУ «Городской информационно-методический центр «Семья», 2013. – Социальное обслуживание семей и детей; научно-методический сборник; вып. № 1 (1) – 450 экз.
7. Жизнеустройство детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей: информационно - методический сборник/ под. Общ. Ред. А.И.Остроуховой. – Ставрополь: «Литера», -2018.- 192с.

