

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования г. Мурманска
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБУ ДО г. Мурманска ППМС-Центра
(протокол от 31.08.2023 № 1)

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБУ ДО г. Мурманска
ППМС-Центра от 31.08.2023 № 103

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-гуманитарной направленности стартового
уровня для родителей «Эффективное общение родителей и
подростков»**

Категория обучающихся: родители подростков 12-16 лет
Срок реализации: до 3х месяцев.
Год обучения: первый

Составители:
Забиран С.А., педагог-психолог,
Чумакова С.В., педагог-психолог.

г. Мурманск,
2023

Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение реализации программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р);
- постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16 «Об утверждении СанПин 3.1/2.4 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID – 19)»;
- постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.20 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- приказ Минобрнауки России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 n ВК-268/07 "О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи" (вместе с "Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи");
- методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242).

Актуальность программы. Одним из самых сложных периодов становления личности считается подростковый возраст – примерно с 11 (12) до 16 (18) лет. В этот период ребенок сталкивается с собственными психофизиологическими изменениями, необходимостью взаимодействовать с социальной средой по-новому. Меняется не только подросток, но и вся семейная система. Семья готовится к стадии «опустевшего гнезда», в связи с чем приходится решать разные сложные задачи, связанные с возрастающей самостоятельностью подростка и изменениями родительской роли. Следствием этих процессов является неизбежное отдаление родителей и подростков, возрастающий уровень тревоги и конфликтов. При этом в обществе имеется некоторый сложившийся стереотип «успешного родителя», которому трудно соответствовать, особенно в период подросткового взросления. Родители зачастую чувствуют себя некомпетентными, эмоционально истощенными, им сложно поддерживать своих детей в процессе прохождения возрастного кризиса.

Потребность в психологической поддержке родителей многократно увеличивается, они часто обращаются на консультацию к специалисту на фоне сложных, длительных конфликтных отношений внутри семьи. Данная программа ориентирована на повышение самоэффективности и компетентности родителей в вопросах взаимоотношений с подростками, профилактику неблагоприятного поведения подростков в период проживания кризиса, расширение коммуникативных навыков родителя для эффективного решения конфликтов внутри семьи.

Методологической и теоретической основой программы послужили: концепция культурно-исторической обусловленности развития психики (Выготский Л.С.), концепция психосоматического развития (В.В. Николаев, П.Д. Тищенко, А.Ш. Тхостов); положение о ведущей роли социальной среды в онтогенезе и дизонтогенезе (Л.С. Выготский, Л.И. Божович, Е.Е. Дмитриева, С.Д. Забрамная, А.В. Запорожец, И.А. Коробейников, К.С. Лебединская, И.Ю. Левченко, В.И. Лубовский и др.); положение о структуре и функциях детско-родительских отношений (А.Я. Варга, В.В. Столин, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, А.С. Спиваковская, Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкий); теоретические основы формирования привязанности (Дж. Боулби, М.Эйнсворт, Г. Харлоу, Э. Эриксон).

В процессе реализации программы слушатели получают возможность обсуждения собственного родительского опыта, актуализировать представления о собственной родительской роли и своем вкладе во взаимоотношения с подростком. В процессе выполнения заданий слушатели приобретут ряд практических навыков, способствующих эффективной коммуникации с подростками - научатся конструктивно сообщать о своих переживаниях, учитывать личностные границы, разрешать детско-родительские конфликты.

Адресат программы: участниками программы являются родители подростков 12-16 лет. Набор в группу осуществляется по предварительному собеседованию, в том числе в дистанционном формате, либо после консультации.

Противопоказанием к использованию данной программы является наличие различного рода зависимости (алкогольная, наркотическая и т.д.), текущие острые психотические состояния, сильно выраженная возбудимость и эмоциональная неуравновешенность участника программы, психозы, особенно сопровождающиеся бредом преследования и отношений, склонностью к физическому насилию и галлюцинациям.

Отличительные особенности программы. Так как семья рассматривается как сложное социальное образование, подразумевающее систему взаимоотношений между всеми её членами, программный материал подобран таким образом, что может быть полезен для родителей взрослеющих детей всех возрастов (братьев, сестёр подростков). Взаимоотношения с подростком рассматриваются как часть семейной системы, проходящей этапы своего естественного развития, что позволяет расширить диапазон восприятия проблем. Система занятий предполагает выполнение домашних заданий, направленных на самостоятельное изучение материала, самопознание. Для домашних заданий разработана рабочая тетрадь по темам программы.

Программа **социально-гуманитарную направленности** реализует просветительскую и профилактическую функции, направлена на расширение компетенций родителей в вопросах психофизиологии и возрастной психологии, профилактику нарушений в детско-родительских отношениях.

По форме организации содержания и процесса реализации программа является комплексной и представляет собой определенное соединение отдельных областей психологии (семейная, возрастная, личностного развития), видов деятельности (теоретическая и практическая деятельность) в единое целое.

Особенности организации образовательного процесса: группа разновозрастная, предусматривается участие как семейных пар, так и одного из родителей. Состав группы постоянный, группа закрывается на приём после 3 занятия.

Рекомендуемое количество участников: минимальное от 5 человек до 15.

Форма обучения: осуществляется в очной форме обучения, предполагается система домашних заданий для самостоятельной работы. При необходимости данный формат обучения может осуществляться очно-заочно.

Методы и техники, используемые в программе:

1. Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

- словесные (рассказ; лекция; беседа; речевая инструкция; устное изложение; объяснение материала и способов выполнения задания; объяснение последовательности действий и содержания; обсуждение; психологическая оценка процесса деятельности и ее результата – рефлексия, дискуссии);
- наглядные (показ видеоматериалов и иллюстраций, показ приёмов исполнения, показ по образцу, демонстрация, наблюдения за своим состоянием, поведением ребенка, рассматривание фотографий, слайдов);
- практически-действенные (физкультминутки; психогимнастика, арт-терапевтические упражнения, тренинги);
- проблемно-поисковые (создание проблемной ситуации, коллективное обсуждение, выводы);
- методы самостоятельной работы (выполнение домашнего задания);
- информационные (беседа, рассказ, сообщение, объяснение, консультирование, использование средств массовой информации литературы и искусства, анализ различных

носителей информации, в том числе Интернет-сети, демонстрация, экспертиза, обзор, отчет, иллюстрация, кинопоказ и др.);

– побудительно-оценочные (поощрение, создание ситуации успеха, самостоятельная работа).

2. Методы контроля и самоконтроля за эффективностью образовательной деятельности: мозговой штурм, беседа, обратная связь, выполнение домашнего задания, анкета обратной связи, дидактические тесты (набор стандартизованных заданий по определенному материалу), наблюдения.

Выбор метода обучения зависит от содержания занятий, уровня подготовленности и опыта участников программы.

Для создания комфортного психологического климата на занятиях применяются следующие приёмы: создание ситуации успеха, моральная поддержка, одобрение, побуждение, похвала, поощрение, доверие, чайная пауза, рассадка по кругу, обращение по имени, ориентация на потребности участников группы.

В ходе реализации программы используются следующие типы занятий:

–комбинированное (совмещение теоретической и практической частей занятия; ознакомление с темой занятия, формирование умений переноса и применения знаний в новой ситуации, на практике; отработка навыков и умений, необходимых при изготовлении арт-продуктов);

–теоретическое (сообщение и усвоение новых знаний при объяснении темы, изложение нового материала, основных понятий, определение терминов, совершенствование и закрепление знаний);

–диагностическое (проводится для определения личных ресурсов и возможных затруднений, уровня полученных знаний, умений, навыков с использованием анкетирования, собеседования, выполнения творческих заданий);

–практическое (является основным типом занятий, используемых в программе, как правило, содержит повторение, обобщение и усвоение полученных знаний, формирование умений и навыков, их осмысление и закрепление на практике при выполнении упражнений, инструктаж при выполнении практических работ, использование всех видов психологических практик);

–итоговое занятие (проводится по окончании учебного года и полного курса обучения).

Формы проведения занятий: программа может быть реализована в групповой (тренинг) форме, индивидуальной форме. Групповая работа направлена на переосмысление жизненных установок родителей, отработку полученных навыков. Индивидуальная форма подразумевает закрепление материала

Объем программы: 30 часов

Срок освоения программы: 10 учебных недель, до 3х месяцев

Режим занятий: предусматривает проведение 2х занятий продолжительностью 1 академический час с периодичностью 1 раз в неделю, а также 1 час, отведенный на самостоятельное изучение материала и выполнение домашнего задания. Между занятиями организуется динамическая пауза или свободная деятельность не менее 10 минут. Всего 10 встреч.

Цель программы: повышение родительской компетентности в сфере взаимодействия с детьми в возрасте 12-16 лет посредством формирования своей родительской позиции.

Задачи:

- просвещение родителей в вопросах психофизиологических особенностей подросткового возраста;
- ознакомление с особенностями развития семейной системы, в условиях нормативного кризиса, связанного с растущим отдалением подростка;
- повышение осознанности родительской позиции и выявление ресурсов совладения с проблемными ситуациями во взаимодействии с подростком.

Структура занятий по программе.

1. Вводная часть. Приветствие, актуальное состояние членов группы.
2. Основная часть:
 - Обозначение темы занятия;
 - Теоретический блок;
 - Практический блок (групповая или индивидуальная работа);
 - Обсуждение результатов упражнений, обобщение теоретического материала.
3. Завершающая часть. Рефлексия. Ритуал прощания.

Структура и содержание программы

- 1. Знакомство.** Знакомство участников, выявление ожиданий от тренинга, принятие правил группы, сплочение группы. «Я – родитель». Актуализация собственной родительской позиции, особенности восприятия ребенка. Осознание сложившихся детско-родительских отношений. Ознакомление с пирамидой потребностей человека (А.Маслоу), осознание собственных потребностей и потребностей ребенка.
- 2. Возрастное развитие.** Понятие возрастных кризисов. Периодизация по Э.Эриксону. Роль потребностей в развитии: теория привязанности, безопасность, кризис идентичности «Кто я?».
- 3. Психологические особенности возраста.** Изменения в сферах: когнитивная, эмоционально-волевая. Психосексуальное развитие детей и подростков, как говорить о сексе с детьми разного возраста.
- 4. Семья.** Семья как система. Параметры семейной системы: границы, стереотипы взаимодействия, семейные правила, семейные мифы, стабилизаторы, семейная история. Стадии развития семьи: жизненный цикл семьи. Нормативные и ненормативные кризисы семьи.
- 5. Взаимодействие с подростком.** Теоретический блок: этапы эффективного общения: подготовительный; контакт; ориентация в потребностях (способы ведения беседы, «активное слушание», сообщение о переживаемом – «Я-сообщение»); поиск решения (техники аргументации); решение; выход из контакта. Практическая отработка навыков взаимодействия.
- 6. Как решать конфликты?** Шаги (этапы) решения конфликтов. Границы в общении. Почему алгоритмы могут не работать. «Ошибочные» цели поведения ребенка: методика выявления причин проблемного поведения ребенка.
- 7. Эмоциональная компетентность.** Базовые эмоции (страх, гнев (злость), отвращение (презрение), печаль (грусть), радость, интерес (удивление). Кувшин эмоций (Ю.Б. Гиппенрейтер). Понимание и управление эмоциями: техника СМЭР, способы снятия эмоционального напряжения.
- 8. Виртуальный и реальный мир.** Возможности и риски, особенности и способы социализации подростков в современном мире.
- 9. Теория Эго-состояний.** Согласно Эрику Берну, под эго-состоянием понимается определенный паттерн мыслей, чувств, переживаний, связанный с определенным паттерном поведения. Различают три эго-состояния: Родитель, Взрослый, Ребенок (Дитя).
- 10. Внутренние и внешние ресурсы. Завершение программы.** Внешние ресурсы – это материальные ценности, социальные статусы (роли) и социальные связи, которые обеспечивают поддержку социума, помогают человеку снаружи. Внутренние ресурсы – это психический личностный потенциал, характер и навыки человека, которые помогают изнутри. Подведение итогов программы.

Учебный план программы

№	Наименование блоков и тем	Количество часов	Из них		Форма контроля
			Теоретических	Практических	
			ких	х	

1.	Знакомство	3	1	2	Наблюдение, рефлексия
2.	Возрастное развитие	3	1	2	Наблюдение, рефлексия
3.	Психофизиологические особенности возраста	3	1	2	Наблюдение, рефлексия
4.	Семья	3	1	2	Наблюдение, рефлексия,
5.	Взаимодействие с подростком	3	1	2	Наблюдение, рефлексия
6.	Как решать конфликты	3	1	2	Наблюдение, рефлексия
7.	Эмоциональная компетентность	3	1	2	Наблюдение, рефлексия
8.	Виртуальный и реальный мир.	3	1	2	Наблюдение, рефлексия
9.	Теория Эго-состояний.	3	1	2	Наблюдение, рефлексия
10.	Внутренние и внешние ресурсы. Завершение программы.	3	1	2	Наблюдение, рефлексия, итоговое анкетирование, анкета обратной связи
	Итого	30	10	20	

Примерное тематическое планирование занятий (2023-2024 учебный год)

№ п/п	Тема встречи	Количество часов /занятий
1	Тема встречи: «Знакомство» Знакомство участников, выявление ожиданий от тренинга, принятие правил группы, сплочение группы. «Я – родитель». Актуализация собственной родительской позиции, особенности восприятия ребенка. Осознание сложившихся детско-родительских отношений. Ознакомление с пирамидой потребностей человека (А.Маслоу), осознание собственных потребностей и потребностей ребенка.	3/3
2	Тема встречи: «Возрастное развитие». Понятие возрастных кризисов. Периодизация по Э.Эриксону. Роль потребностей в развитии: теория привязанности, безопасность, кризис идентичности «Кто я?». Культурно-досуговое мероприятие «Новый год по-новому».	3/3
3	Тема встречи: «Психофизиологические особенности возраста». Изменения в сферах: когнитивная, эмоционально-волевая. Психосексуальное развитие детей и подростков, как говорить о сексе с детьми разного возраста.	3/3
4	Тема встречи: «Семья». Семья как система. Параметры семейной системы: границы, стереотипы взаимодействия, семейные правила, семейные мифы, стабилизаторы, семейная история. Стадии развития семьи: жизненный цикл семьи. Нормативные и ненормативные кризисы семьи.	3/3
5	Тема встречи: «Взаимодействие с подростком». Теоретический блок: этапы эффективного общения: подготовительный; контакт; ориентация в потребностях (способы ведения беседы, «активное слушание», сообщение о переживаемом – «Я-сообщение»); поиск решения (техники аргументации); решение; выход из контакта. Практическая отработка навыков взаимодействия..	3/3
6	Тема встречи: «Как решать конфликты?» Шаги (этапы) решения	3/3

	конфликтов. Границы в общении. Почему алгоритмы могут не работать. «Ошибочные» цели поведения ребенка: методика выявления причин проблемного поведения ребенка.	
7	Тема встречи: «Эмоциональная компетентность». Базовые эмоции (страх, гнев (злость), отвращение (презрение), печаль (грусть), радость, интерес (удивление). Кувшин эмоций (Ю.Б. Гиппенрейтер). Понимание и управление эмоциями: техника СМЭР, способы снятия эмоционального напряжения.	3/3
8	Тема встречи: «Виртуальный и реальный мир». Возможности и риски, особенности и способы социализации подростков в современном мире.	3/3
9	Тема встречи: «Теория Эго-состояний». Согласно Эрику Берну, под эго-состоянием понимается определенный паттерн мыслей, чувств, переживаний, связанный с определенным паттерном поведения. Различают три эго-состояния: Родитель, Взрослый, Ребенок (Дитя).	3/3
10	Тема встречи: «Внутренние и внешние ресурсы. Завершение программы». Внешние ресурсы – это материальные ценности, социальные статусы (роли) и социальные связи, которые обеспечивают поддержку социума, помогают человеку снаружи. Внутренние ресурсы – это психический личностный потенциал, характер и навыки человека, которые помогают изнутри. Подведение итогов программы.	3/3
	ИТОГО	30/30

Календарный учебный график.

№ п/п	дата	Время проведения занятия	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Режим работы	Форма контроля
1.	04.10.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Знакомство	Групповая работа/индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия
2.	11.10.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Возрастное развитие	Групповая работа/индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия
3.	18.10.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Психофизиологические особенности возраста	Групповая работа/индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия
4.	25.10.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Семья	Групповая работа/индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия,
5.	01.11.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Взаимодействие с подростком	Групповая работа/индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия
6.	08.11.2023	18.00-	Очная/заочная	2/1	Как решать	Групповая	Наблюдение,

		20.00	я		конфликты	работа/ индивидуальная работа	рефлексия
7.	15.11.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Эмоциональная компетентность	Групповая работа/ индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия
8.	22.11.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Виртуальный и реальный мир.	Групповая работа/ индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия
9.	29.11.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Теория Эго-состояний.	Групповая работа/ индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия
10.	06.12.2023	18.00-20.00	Очная/заочная	2/1	Внутренние и внешние ресурсы. Завершение программы.	Групповая работа/ индивидуальная работа	Наблюдение, рефлексия, итоговое анкетирование, анкета обратной связи

Условия реализации программы:

Требования, предъявляемые к педагогу-психологу, реализующему данную программу:

- требования к уровню профессиональной компетентности - опыт ведения групповой работы, знание теоретических основ возрастной, семейной психологии;
- требования к личностным качествам – устойчивая профессиональная мотивация, позитивная «Я-концепция», способность преодолевать внешние и внутренние препятствия в процессе практической деятельности, умение рефлексировать, коммуникабельность, тактичность, личностная зрелость и целостность.

Требования к техническим условиям: занятия проводятся в отдельном помещении, в соответствии с правилами проведения тренинга – в кругу. Аудитория оснащена: проектором, экраном, ноутбуком, колонками, магнитной доской, флипчартом. В ходе занятий используются канцелярские принадлежности, листы для записей, метафорические карты.

Ожидаемые результаты реализации программы. В процессе освоения программы слушатели приобретут знания:

- об основных характеристиках процесса взросления ребенка, подросткового периода, о роли потребностей в развитии личности;
- об особенностях проживания подросткового возраста в современном обществе, социальных и средовых рисков и ресурсов, с которыми сталкивается подросток в современном обществе;
- об основных характеристиках семейной системы, особенностях проживания кризиса развития семьи, в которой растет ребенок-подросток.

В результате освоения программы слушатели получают следующие умения:

- рефлексивного обсуждения своего родительского опыта, внимательного отношения к микроизменениям, происходящим в отношениях родитель-подросток;
- освоят приемы эффективной коммуникации внутри семьи;
- основы формирования навыков самопомощи и самоподдержки.

Форма аттестации: Оценка достижения результатов предполагает систематическое наблюдение ведущего тренинга (педагога-психолога) за изменениями в поведении, способах разрешения трудностей каждого участника и рефлексия прошедшего занятия, обратную связь от участников по результатам каждого занятия.

Итоговая оценка достижения планируемых результатов включает в себя итоговую диагностику участников, обратную связь участников об участии в программе в форме анкетирования.

Литература:

1. Типовая программа по формированию компетенций родителей в развитии и воспитании детей, получению ими знаний основ детской психологии, рассчитанной на родителей детей в возрасте от 15 до 18 лет, учитывающая социально-психологические особенности детей данного возраста, Москва, 2017. – 78 с.
2. Варга А. Я., Драбкина Т. С. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. СПб.: Речь, 2001. - 144 с.
3. Елена Вяжякуопус «Искры, летящие вверх». Журнал "Звезда" –2012. – 128 с.
4. Т. Гордон. Тренинг эффективного родителя (PARENTEFFECTIVETRAINING - PЕТ)
5. В помощь специалисту, работающему с детьми и подростками: методические рекомендации / сост.: А.В. Зыбайлова, С.С. Канавина – Иркутск: Изд-во «Репроцентр А1», 2018. – 92 с.
6. Тарарина Е. Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера. Научно-методическое пособие. - Луганск: Элтон-2. – 2013.

Учебно-методическое обеспечение

1. Буравцова Н.В. Причины. Смыслы. Изменения. Комплект психологических инструментов. – Новосибирск, 2017
2. Метафорические карты «Дом». Н.Буравцева, М.Малташир, Е.Ломакина–SMALTA

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА
 муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования г. Мурманска
 «ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ
 ПОМОЩИ»
 (МБУ ДО г. Мурманска ППМС-Центр)

Сведения об обеспеченности образовательного процесса учебной литературой или иными
 информационными ресурсами и материально-техническим оснащении муниципального
 бюджетного учреждения дополнительного образования г. Мурманска «Центр психолого-
 педагогической, медицинской и социальной помощи»

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-
 гуманитарной направленности стартового уровня для родителей
 «Эффективное общение родителей и подростков»**

№	Наименование дисциплин, входящих в заявленную образовательную программу	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных информационных ресурсов	Кол-во
1	Повышение осознанности родительской позиции и выявление ресурсов совладения с проблемными ситуациями во взаимодействии с подростком	Рабочая тетрадь к программе «Эффективное общение родителей и подростков»	1
2.	Поиск личностных ресурсов	Метафорические ассоциативные карты «Источник» - Проект «Психосфера», 2015	1
		Материально-техническое оснащение: - проектор, экран, ноутбук, колонки; - магнитная доска, флипчарт.	1

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования г. Мурманска
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ
ПОМОЩИ»

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

К дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе социально-гуманитарной направленности стартового уровня для родителей «Эффективное общение родителей и подростков»

Анкета обратной связи участников программы

Уважаемый участник программы! Пожалуйста, заполните анкету обратной связи.

1. Оцените степень содержательности программы (от 1 до 10)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2. Оцените возможность применения знаний и навыков, предложенных в программе (от 1 до 10)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

3. Сформулируйте свои пожелания, предложения, вопросы, относительно программы:

Анкета обратной связи участников программы

Уважаемый участник программы! Пожалуйста, заполните анкету обратной связи.

1. Оцените степень содержательности программы (от 1 до 10)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2. Оцените возможность применения знаний и навыков, предложенных в программе (от 1 до 10)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

3. Сформулируйте свои пожелания, предложения, вопросы, относительно программы:

ФИО _____

Дата: _____

Итоговая анкета по результатам усвоения программы «Эффективное общение»

1. Отметьте, что не относится к базовым потребностям человека:
 - А. Познавательные потребности
 - В. Физиологические потребности
 - С. Потребность в безопасности

2. Возрастные кризисы – это...
 - А. Закономерные и необходимые этапы развития

 - В. Можно избежать при правильном воспитании
 - С. Случаются только при неблагоприятных условиях развития

3. Привязанность – это:
 - А. Чувство близости, появляющееся у младенцев к тому человеку, который о нем заботится, эмоционально контактирует
 - В. Стремление к самостоятельности
 - С. Чувство принадлежности к роду, клану

4. Идентичность – это:
 - А. Чувство тождественности человека самому себе, принимаемый им образ себя во всех свойствах, качествах и отношениях к окружающему миру
 - В. Стремление к уважению, расширению сферы сотрудничества со взрослыми и сверстниками
 - С. Чувство ответственности за собственные поступки, умение прогнозировать ситуацию

4. Подростковый период – это период...
 - А. С 10 лет до 13 лет
 - В. С 11 лет до 16 лет
 - С. С 9 лет до 18 лет

5. Общение со сверстниками – это ведущая деятельность:
 - А. В юношеском возрасте
 - В. В подростковом возрасте
 - С. В младшем школьном возрасте

6. Отметьте, что относится к нормативным кризисам в развитии семейной системы?
 - А. Развод
 - В. Подростковый возраст детей
 - С. Приезд бабушки

7. Отметьте, какое утверждение не относится к «Я – высказываниям»:
 - А. «Мне сложно говорить, когда кто-то еще разговаривает одновременно со мной. Я буду готов тебя выслушать, когда закончу»

В. «Когда мои вещи берут без спроса, мне неприятно. Я не против, чтобы ты брал этот журнал, но предварительно спроси, можно ли это сделать»

С. «Ты всегда берешь журнал с моего стола без спроса!»

8. Что не является социальной сетью?

А. TikTok

В. Instagram

С. V Kontakte

Д. Pinterest

9. К ошибочным целям негативного поведения ребенка не относится:

А. Быть «плохим»

В. Мечь

С. Борьба за власть

10. Расставьте по порядку этапы эффективного общения:

Контакт

Подготовительный этап (установление контакта)

Выход из контакта

Ориентирование в проблеме

Решение

Поиск решения

11. Эго- состояния человека –это

А. совокупность связанных друг с другом способов поведения, мыслей и чувств, как способ проявления нашей личности в данный период

Б. особенности взрослого человека

В. личностные данные человека, которые остаются неизменными на протяжении всей жизни

12. Что не относится к внешним ресурсам человека

А. финансы

Б. имущество

В. социальные связи

Г. поддержка других людей

Д. общение

Е. интеллект

Ж. партнерские отношения