

ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УНИВЕРСИТЕТ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

«УТВЕРЖДАЮ»

**Президент Частного учреждения дополнительного
профессионального образования
«Университет «Первое сентября»**

**Соловейчик Н.А.**



Программа

**дополнительного профессионального образования
(повышения квалификации)**

Психология ребёнка: как преодолеть сложности взросления и вырастить личность

Автор:
Башкирова Елена Николаевна
кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии младшего школьника МПГУ,
Член Российского психологического общества

**Москва
2024**

Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Цель реализации программы: помочь родителям лучше понять психологию детей, научить эффективным методам воспитания и развития, а также помочь решать возникающие проблемы, связанные с взрослением и становлением личности ребёнка.

Настоящая дополнительная профессиональная программа (программа повышения квалификации) разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 1 июля 2013 г. N 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» (с изменениями и дополнениями)

1.2. Планируемые результаты обучения по программе

Знать – уметь	Направление подготовки Педагогическое образование Код компетенции 44.03.01
	Бакалавриат
Знать: <ul style="list-style-type: none">• Какие исследования в области детской психологии и воспитания детей необходимы для успешного родительства?• Что такое детская привязанность и как она влияет на психическое благополучие ребенка?• Мифы и правду о раннем развитии ребенка; как воспитать гения?• Особенности воспитания детей с разными типами темперамента и характера; как найти подход к «трудному» ребенку?• Что такое выученная беспомощность и как воспитать оптимиста;• Типичные ошибки воспитания и как их предотвратить?	ОПК-8
Уметь: <ul style="list-style-type: none">• эффективно общаться и сотрудничать с детьми и подростками;• предупреждать конфликты между братьями и сестрами и помогать становиться лучшими друзьями;• оказывать помощь детям в проживании сложных эмоций, таких как горе, страх и гнев;• обсуждать с детьми проблемы их внешности и сексуальной безопасности;• организовать семейный досуг, используя эффективные	ОПК-8

методы проведения времени с детьми.

1.3. Программа реализуется с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

1.4. Срок освоения программы: 144 ч.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

2.1. Учебный план

№	Наименование тем	Всего (час.)	Внеаудиторные учебные занятия, учебные работы		Формы Контроля
			Лекции	Практические занятия	
Тема 1.	Привязанность: ключ к психологическому здоровью ребенка	14	1	13	Практическое задание 1.
Тема 2.	Мифы и правда о раннем развитии и обучении ребенка: от рождения до школы	14	1	13	Практическое задание 2.
Тема 3.	Почему такие разные: секреты темперамента и характера детей	14	1	13	Практическое задание 3.
Тема 4.	Возвращение познавательной мотивации: как помочь детям полюбить учебу	14	1	13	Практическое задание 4.
Тема 5.	Учимся слышать и понимать своего ребенка: играем по новым правилам	15	1	14	
	Онлайн тестирование			1	
Тема 6.	Родительское выгорание: как избежать и как справиться	14	1	13	Практическое задание 5.
Тема 7.	Без конфликтов и ссор: как наладить отношения между братьями и сестрами	14	1	13	Практическое задание 6.
Тема 8.	Страх, горе, гнев: как помочь ребенку справиться	14	1	13	Практическое задание 7.
Тема 9.	Откровенные разговоры: общение с детьми о теле и сексуальной безопасности	14	1	13	Практическое задание 8.
Тема 10.	Семья в фокусе: идеи для совместного времяпровождения	15	1	14	
	Онлайн тестирование			1	
	Итоговая аттестация				Зачет на основании выполненных практических заданий, результатов онлайн тестирования.
ВСЕГО		144	10	134	

2.2. Учебно-тематический план программы

Темы	Виды учебных занятий/работ, час.	Содержание
Тема 1. Привязанность: ключ к психологическому здоровью ребенка	Лекция, 1 ч.	<p>Потребности к привязанности, общению и любви. «Природа любви»: эксперимент Гарри Харлоу. Теория привязанности Дж. Боулби. Л. Петрановская о роли привязанности в жизни ребенка. Психологическое здоровье личности. Портрет долгожителя: исследование Джюэтта. Условия становления психологического здоровья детей. Правила личностного отношения к ребёнку. Модель баланса Н. Пезешкиана: что необходимо для гармоничной, эффективной и счастливой жизни. Упражнение «Колесо жизненных потребностей».</p>
	Практическое занятие, 13 ч.	<p>Практические задания</p> <p>Задание 1. Составьте модель баланса или ромб гармонии, включив в неё следующие сферы жизни: здоровье, семья, работа/карьера, личное развитие, отдых/развлечения, социальные связи, духовность/религия, финансы. Оцените каждую из сфер по шкале от 1 до 10, где 1 – сфера требует немедленного внимания, 10 – сферы находятся в идеальном балансе. Обсудите с партнером/партнершей результаты и определите вместе, какие сферы требуют наибольшего внимания и улучшения. Составьте план действий для коррекции дефицитарных сфер и улучшения баланса жизни.</p> <p>Задание 2. Проанализируйте свое поведение и общение с ребенком, учитывая теорию привязанности Дж. Боулби и рекомендации Л. Петрановской. Подумайте, какие изменения можно внести в свои отношения с ребенком, чтобы развивать его психологическое здоровье.</p> <p>Задание 3. Проведите исследование себя по методике Джюэтта, выяснив, какие факторы помогают вам долго и счастливо жить. Подумать, какие аспекты вашей жизни нуждаются в изменениях для достижения гармонии и эффективности.</p> <p>Задание 4. Составьте список личностных отношений к ребенку, которые вы считаете важными, и оцените, насколько эти правила</p>

		<p>соблюдаются в вашей семье. Разработайте план действий для улучшения взаимоотношений с ребенком.</p> <p>Задание 5. Выполните упражнение «Колесо жизненных потребностей», выявив свои основные потребности в жизни и оценив, насколько они сбалансированы. Разработайте стратегию для удовлетворения всех потребностей и достижения гармонии в жизни.</p>
<p>Тема 2. Мифы и правда о раннем развитии и обучении ребенка: от рождения до школы</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Мифы о развитии детей (Безруких М.М.). Основные задачи дошкольного детства (Е. Патаева). Происхождение способностей: наследственность или среда? Законы развития способностей (Юркевич В.С.). Этапы превращения детских увлечений в призвание (Гиппенрейтер Ю.Б.). Признаки одаренности. Практические рекомендации родителям по развитию потенциальных возможностей детей.</p>
	<p>Практическое занятие, 13 ч.</p>	<p>Задание 1. Прочитайте статью Бакалеева С. «Раннее развитие глазами просвещенной мамы». Автор предлагает краткий обзор самых распространенных методик воспитания и образования, а также освещает те моменты, которые насторожили ее как маму и которые она советует более пристально изучить при подборе занятий для своего ребенка. http://www.7ya.ru/article/Ranee-razvitiie-glazami-prosvewennoj-mamy-chast-1/ (дата обращения: 12.05.2024). Проведите опросы среди знакомых и родственников, чтобы выяснить, какие мифы о развитии детей они слышали и как они влияли на их подход к воспитанию своих детей.</p> <p>Задание 2. Проанализируйте собственные представления о задачах дошкольного детства, сравните их с исследованиями Е. Патаевой. Внесите изменения в свои повседневные практики воспитания детей, исходя из этого сравнения.</p> <p>Задание 3. Проанализируйте развитие увлечений своих детей и посмотрите, как они могут быть связаны с их будущими профессиональными интересами. Предложить детям новые виды деятельности, которые могут помочь им развить свои таланты и потенциальные возможности.</p> <p>Задание 4. Изучите признаки одаренности у детей и подумайте над созданием индивидуальных программ развития для своих детей.</p> <p>Задание 5. Послушайте выступление на тему «Современный дошкольник. Мифы и реалии развития» (лектор М.М. Безруких, доктор биологических наук, профессор, действительного члена Российской Академии образования, директора Института физиологии РАО). Что вам показалось интересным и как это</p>

		<p>можно использовать в развитии ваших детей? https://www.youtube.com/watch?v=Zt4TPLe7mec ·(дата обращения: 12.05.2024).</p> <p>Задание 6. Выполните самодиагностику. Насколько вы разбираетесь в проблеме воспитания одаренности? Действительно ли вы можете судить об одаренности ребенка, понимать причины недостаточного развития способностей у здорового ребенка? Все это может показать тест, который вам предлагается выполнить. Тест из книги Юркевич В.С. Одаренный ребенок: иллюзии и реальность: Кн. для учителей и родителей. – М.: Просвещение, Учебная литература, 1996, https://klex.ru/68k ·(дата обращения: 12.05.2024).</p>
<p>Тема 3. Почему такие разные: секреты темперамента и характера детей</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Темперамент: основные типы и их характеристики. Темперамент и характер. Степень выраженности характера. Классификация характеров (Ю.Б. Гиппенрейтер). Учет особенностей темперамента и характера ребенка. Методы определения темперамента и характера. Рекомендации по ведению личного дневника и тетрадей саморефлексии.</p>
	<p>Практическое занятие, 13 ч.</p>	<p>Практические задания</p> <p>Задание 1. Определите свой собственный темперамент и характер с помощью специальных тестов или опросников, доступных онлайн, и поделитесь результатами с вашим ребенком. Обсудите, какие сильные стороны и слабости присущи вашему темпераменту и характеру, и как они могут влиять на ваше взаимодействие с ребенком.</p> <p>Задание 2. Проанализируйте реакции вашего ребенка на различные ситуации и попробуйте определить его темперамент и характер. Сфотографируйте или запишите эти ситуации, чтобы потом обсудить их с вашим ребенком и понять, какие аспекты его темперамента и характера проявляются наиболее ярко.</p> <p>Задание 3. Попробуйте создать с вашим ребенком свой собственный личный дневник саморефлексии, в котором вы будете фиксировать свои эмоции, мысли и реакции на различные события. Обсудите с ребенком, какие ситуации вас беспокоят или приводят в замешательство, и какие стратегии вы используете для их решения.</p> <p>Задание 4. Используйте методы арт-терапии для изучения и развития своего и ребенка темперамента и характера. Например, нарисуйте портреты друг друга, используя разные цвета и формы, чтобы передать ваши эмоции и характерные черты. Обсудите, что вам нравится в своем рисунке и что</p>

		<p>вы бы хотели изменить.</p> <p>Задание 5. Исследуйте совместно с ребенком классификацию характеров Ю.Б. Гиппенрейтер и обсудите, какие типы характеров вам близки и какие аспекты каждого типа вы можете увидеть у себя и своего ребенка. Попробуйте провести эксперимент, в рамках которого каждый из вас будет играть роль представителя определенного типа характера, и обсудите, как это влияет на ваше взаимодействие.</p>
<p>Тема 4. Возвращение познавательной мотивации: как помочь детям полюбить учебу</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Концепция выученной беспомощности и ее влияние на детей. Причины выученной беспомощности. Как внешняя мотивация (награды, поощрения) и внутренняя мотивация влияют на учебный процесс. Способы преодоления выученной беспомощности: воспитание оптимизма, обратная связь, создание ситуаций успеха, преодоление страха ошибки. Результаты научных экспериментов и исследований в данной области (М. Селигман, Д. Хирото, Роланд Фриер Мл., Грин и Леппер). Практические рекомендации по профилактике и преодолению выученной беспомощности у детей. Влияние семьи, образовательной среды и общества на мотивацию и успех учащихся. Методы оценивания уровня оптимизма и атрибутивного стиля. Техника создания коллажа силы как способа повышения уверенности и профилактики выученной беспомощности.</p>
	<p>Практическое занятие, 13 ч.</p>	<p>Практические задания</p> <p>Задание 1. Организуйте семейный вечер, посвященный обсуждению концепции выученной беспомощности и ее влиянию на детей. Проведите обсуждение с детьми о том, как они видят эту проблему, и какие ситуации могут привести к выученной беспомощности.</p> <p>Задание 2. Заведите блокнот, в котором записывайте случаи признаков выученной беспомощности у своего ребенка. После недели соберите все записи и обсудите их с членами семьи (или психологом, педагогом), чтобы выявить причины и способы преодоления этой проблемы.</p> <p>Задание 3. Проведите эксперимент: в течение недели стимулируйте своего ребенка с помощью внешней мотивации (награды, поощрения) и внутренней мотивации (личные достижения, удовольствие от процесса обучения). Затем обсудите результаты эксперимента и определите, какой тип мотивации эффективнее влияет на успех учебного процесса.</p> <p>Задание 4. Разработайте план действий по преодолению выученной беспомощности у детей,</p>

		<p>включая воспитание оптимизма, создание ситуаций успеха, обратную связь и преодоление страха ошибки. После некоторого времени оцените результаты и отметьте улучшения в поведении и успехах детей.</p> <p>Задание 5. Изучите и обсудите с другими родителями результаты научных исследований в данной области (по работам авторов, указанных в лекции), чтобы более глубоко понять причины выученной беспомощности и методы ее преодоления.</p> <p>Задание 6. Разработайте рекомендации по созданию благоприятной образовательной среды дома и в школе, которые помогут поддержать мотивацию и успех у детей.</p>
<p>Тема 5. Учимся слышать и понимать своего ребенка: играем по новым правилам</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Психологические приемы и техники для эффективного родительства. Техники активного слушания. Техника Я – сообщения в профилактике семейных конфликтов. Как установить режим дня. Метод альтернативы. Семейные традиции. Приемы и техники, которые сделают родительство более эффективным: метод присоединения; метод переключения; «Мамино и папино» время; «Материнский "гипноз"; «Обмен ролями»; «Тайм – аут" и пр. Правила дисциплины (Гиппенрейтер Ю.Б.). Как говорить о своих чувствах. Круг эмоций Р. Плутчика. Кейсы и практически упражнения для отработки навыков общения с детьми.</p>
	<p>Практическое занятие, 14 ч.</p>	<p>Практические задания.</p> <p>Задание 1. Проведите эксперимент: в течение дня старайтесь слушать ребенка, активно подтверждая своими словами, что вы его слышите и понимаете. Попросите ребенка рассказать о своем дне, а затем попробуйте описать его переживания и эмоции, чтобы показать, что вы внимательно слушаете. Для тренировки навыка активного слушания решите кейсы, представленные в таблице. Напишите как можно больше вариантов эмоций и чувств, которые может испытывать ребенок в этих ситуациях и ответы взрослого. Сравните ваши варианты решений с ответами. Используйте прилагаемый список эмоций и чувств.</p> <p>Задание 2. На протяжении недели старайтесь говорить о своих чувствах и потребностях, используя конструкцию "Я чувствую... когда... потому что...". Наблюдайте, как это влияет на ваше общение с ребенком. Потренируйтесь в использовании техники Я-сообщения. Заполните таблицу. Используйте круг эмоций Р. Плутчика и ответы к заданию</p>

		<p>Задание 3. Составьте вместе с ребенком расписание на неделю, включающее время для уроков, игр, отдыха и домашних дел. Постарайтесь придерживаться этого расписания в течение недели и оцените его эффективность.</p> <p>Задание 4. При возникновении конфликтной ситуации с ребенком, предложите ему несколько вариантов решения проблемы. Обсудите каждый вариант и выберите наиболее подходящий.</p> <p>Задание 5. Семейные традиции. Вместе с ребенком придумайте и воплотите в жизнь семейную традицию, например, еженедельные игры на природе или вечер кино. Обсудите, как такие традиции могут укрепить взаимоотношения в семье.</p> <p>Задание 6. Попробуйте использовать метод присоединения, когда вы встраиваетесь в мир и интересы ребенка, чтобы укрепить связь между вами. Проведите день, когда вы поменяетесь ролями с ребенком и попробуете почувствовать мир его глазами. Попробуйте использовать метод "Материнского гипноза" или "Тайм-аут" для регулирования эмоций и поведения.</p> <p>Задание 7. Проведите мозговой штурм вместе с ребенком, чтобы создать общие правила и нормы поведения в семье. Обсудите значение каждого правила и договоритесь о способах наказания и поощрения.</p> <p>Задание 8. Как говорить о своих чувствах. Проведите упражнение, где вы будете описывать свои чувства и эмоции, используя круг эмоций Р. Плутчика. Обсудите с ребенком, какие чувства у вас возникают в определенных ситуациях.</p>
Онлайн тестирование		
Тема 6. Родительское выгорание: как избежать и как справиться	Лекция, 1 ч.	Роль и ответственность родителей в воспитании детей. Понятие детского равенства: ребенок равная нам личность. Понятие родительского выгорания. Признаки и способы его преодоления. Методы снижения напряжения и стресса в родителстве. Типичные ошибки, которые совершают родители. Что такое достаточно хорошая мать и как достичь этого состояния мать (Д. Винникот). Условия минимальной заботы о себе как родителе (Л.Петрановская). Проективная техника профилактики родительского выгорания. Методы оценки рисков возникновения родительского невроза.
	Практическое занятие, 13 ч.	Практические задания. Задание 1. Пересмотрите свое расписание и внесите

		<p>в него время для занятия спортом или другой физической активностью, которая поможет снять стресс.</p> <p>Задание 2. Напишите список ошибок, которые родители совершают в воспитании детей, и придумайте способы их исправления.</p> <p>Задание 3. Определите свои границы и потребности как родителя, и попросите партнера или другого члена семьи о помощи в их удовлетворении.</p> <p>Задание 4. Пройдите тест на риск возникновения родительского выгорания и обсудите результаты с членами семьи.</p> <p>Задание 5. Познакомьтесь с притчей (см. дополнительные материалы). Обсудите с партнером, какие методы могут быть использованы для профилактики материнского перфекционизма (стремления быть идеальной мамой).</p>
<p>Тема 7. Без конфликтов и ссор: как наладить отношения между братьями и сестрами</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Обеспечение психологической и эмоциональной поддержки старшему ребёнку при появлении нового члена семьи. Как подготовить старшего ребёнка к рождению малыша . Вертикаль и горизонталь отношений между братьями и сёстрами. Создание условий для формирования положительных отношений между братьями и сёстрами. Конкуренция и кооперация между детьми. Методы решения конфликтов и проблем между детьми (Э. Фабер, Э. Мазлиш). Эффективные способы поддерживать взаимодействие между детьми и урегулирования конфликтов. Анализ детских воспоминаний М. Цветаевой Е. Шварца.</p>
	<p>Практическое занятие, 13 ч.</p>	<p>Практические задания</p> <p>Задание 1. Организуйте беседы со старшим ребенком о его чувствах и эмоциях по поводу предстоящего (или состоявшегося) появления нового члена семьи. Поддержите его, помогите преодолеть страхи и беспокойства. Проведите со старшим ребенком игры и упражнения, которые помогут ему понять, как изменится жизнь после рождения младенца. Например, разыграть сценарий ухода за младенцем, играть роль родителей и ребенка.</p> <p>Задание 2. Организуйте совместные занятия и игры для братьев и сестер, чтобы способствовать укреплению их отношений. Например, горизонтальные игры, где дети могут сотрудничать и помогать друг другу. Составьте правила и найдите общие интересы для братьев и сестер, которые будут способствовать их сотрудничеству и совместным действиям. Например, создать</p>

		<p>семейный проект, в котором дети будут работать вместе над каким-то творческим заданием.</p> <p>Задание 3. Потренируйтесь вместе с детьми в использовании методов решения конфликтов и проблем между детьми, предложенные Э. Фабер и Э. Мазлиш, такие как активное слушание, выражение чувств, поиск компромисса и сотрудничество.</p> <p>Задание 4. Прочитайте отрывок из воспоминаний М. Цветаевой об ответе ее мамы на вопрос сестры: «Кого ты больше любишь?» Могли бы Вы придумать свою сказку-ответ на подобный вопрос? Познакомьтесь с воспоминаниями Е. Шварца о своих чувствах к младшему брату. Подумайте, как можно было помочь мальчику пережить этот период?</p>
<p>Тема 8. Страх, горе, гнев: как помочь ребенку справиться</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Причины возникновения страхов у детей. Возрастная динамика страхов. Техники терапии рисованием, игрой. Кукло- и библиотерапия в профилактике страхов. Основные стадии и черты детского горя. Возможные детские реакции на утрату. Сигналы опасности. Возрастные особенности переживания утраты детьми. Частые вопросы родителей детей, потерпевших утрату. Принципы помощи в горе. Причины агрессии. Диагностические критерии агрессивности. Особенности агрессивных детей. Обучение ребенка приемлемым способам разрядки гнева. Игры и методические материалы для развития эмоциональной сферы. Обучение навыкам контроля и управления гневом. Аннотированный список книг по теме "Прививка от страха". Ответы на типичные вопросы детей о смерти.</p>
	<p>Практическое занятие, 13 ч.</p>	<p>Практические задания.</p> <p>Задание 1. Проведите игровое занятие с ребенком, где он будет изображать свои страхи с помощью рисунков. Обсудить с ним возможные способы преодоления этих страхов.</p> <p>Задание 2. Проведите ролевую игру, где ребенок будет играть роль персонажа, который переживает утрату. Обсудить с ним эмоции и чувства этого персонажа.</p> <p>Задание 3. Разработайте совместный проект, где вы с ребенком будете создавать куклу или книгу, которая помогает избавиться от страхов и горя.</p> <p>Задание 4. Попросить ребенка описать свои чувства и эмоции по поводу утраты, а затем вместе создать список способов, как можно справляться с горем.</p> <p>Задание 5. Проведите обсуждение семейных правил</p>

		<p>и подходов к контролю гнева, учитывая возраст ребенка. Создать совместный план действий, как справляться с агрессией.</p> <p>Задание 6. Изучите аннотированный список книг по теме "Прививка от страха" и выбрать книгу для совместного чтения с ребенком, обсудить ее содержание и применение в повседневной жизни.</p> <p>Задание 7. Подготовьте ответы на типичные вопросы ребенка о смерти, используя нежный и понимающий подход, подходящий его возрасту и уровню развития.</p>
<p>Тема 9. Откровенные разговоры: общение с детьми о теле и сексуальной безопасности</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Разговор с детьми о внешнем виде и весе. Примерные темы бесед. Как разговаривать с детьми о сексуальной безопасности. Почему нужно говорить с детьми на эту тему? Факторы, повышающие риски. Критерии оценки достоверности детских историй.</p>
	<p>Практическое занятие, 13 ч.</p>	<p>Практические задания.</p> <p>Задание 1. Проведите беседу с ребенком о значимости здорового образа жизни, в том числе о правильном питании и физических упражнениях. Поделитесь с ним своим опытом и примерами из собственной жизни, как вы следите за своим внешним видом и заботитесь о своем весе. Спросите у ребенка, какие у него мнения и предпочтения на этот счет.</p> <p>Задание 2. Проведите разговор с ребенком о том, что такое сексуальная безопасность и почему важно обсуждать эту тему. Объясните, что существуют определенные правила и границы в межличностных отношениях, которые необходимо уважать и соблюдать. Обсудите с ребенком, какие ситуации могут быть опасными, и как ему правильно реагировать в таких случаях.</p> <p>Задание 3. Проведите тренировочные упражнения со своим ребенком, призывая его рассказать небылицы и преувеличения, заставив его в конце обсудить со взрослым, насколько он был уверен в своих словах и насколько ему было комфортно врать. Оцените, насколько ребенок способен различать правду от вымысла и говорить правдиво в различных ситуациях.</p> <p>Задание 4. Организуйте беседу с детьми о внешнем виде и весе". Используйте следующий алгоритм:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Начните разговор с похвалы: обсудите, что каждый человек уникален и красив по-своему. - Поговорите о здоровом образе жизни: объясните, что важно ухаживать за своим телом и делать

		<p>упражнения для здоровья.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обсудите понятие красоты: расскажите детям, что красота может быть разной и не зависит от внешности. - Подчеркните важность самоприятия: научите детей любить и ценить себя такими, какие они есть. <p>Задание 4. Организуйте беседу с детьми о сексуальной безопасности. Используйте следующий алгоритм:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Объясните, что такое сексуальная безопасность и почему важно об этом говорить. - Обсудите границы и согласие: научите детей, что они имеют право говорить "нет" и не чувствовать себя виноватыми. - Расскажите о том, как обращаться за помощью: объясните, что в случае чего они могут обратиться к вам или другому доверенному взрослому. - Обсудите случаи, когда можно не верить незнакомым людям и как вести себя в опасных ситуациях.
<p>Тема 10. Семья в фокусе: идеи для совместного времяпровождения</p>	<p>Лекция, 1 ч.</p>	<p>Семейные традиции. Что объединяет крепкие пары? Фильмы для семейного просмотра. Игры с детьми. Настольные игры для разных возрастов. Алгоритмы создания психокоррекционных сказок. Примеры семейных традиций.</p>
	<p>Практическое занятие, 14 ч.</p>	<p>Практические задания</p> <p>Задание 1. Проведите опрос среди членов своей семьи об их любимых традициях (например, еженедельный семейный ужин, походы на природу, совместные игры). Соберите все ответы и создайте свой собственный список семейных традиций, которые будут объединять вашу семью.</p> <p>Задание 2. Проведите вечер семейного просмотра фильма. Выберите фильм, который будет интересен и детям, и взрослым. После просмотра обсудите его с членами семьи и поделитесь своими впечатлениями.</p> <p>Задание 3. Проведите игровой вечер с детьми, используя настольные игры. Предложите каждому члену семьи выбрать по одной игре для всех и проведите веселое время вместе.</p> <p>Задание 4. Напишите собственную психокоррекционную сказку, основанную на реальных событиях вашей семьи. Расскажите эту сказку детям и обсудите с ними ее смысл и уроки.</p> <p>Задание 5. Создайте семейный альбом с фотографиями и воспоминаниями о совместных</p>

		мероприятиях и праздниках. Просмотрите его вместе с членами семьи и вспоминайте яркие моменты вашей жизни вместе.
Онлайн тестирование		
Итоговая аттестация		Зачет на основании совокупности выполненных на положительную оценку практических заданий, результатов онлайн тестирований.

Раздел 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Слушатель программы аттестуется по системе *зачтено/не зачтено*.

Зачет проставляется на основе успешного выполнения промежуточного и итогового контроля.

Промежуточный контроль: онлайн-тестирование по разделам образовательной программы. Всего слушателю необходимо успешно сдать три онлайн-теста (по одному онлайн-тесту к каждому разделу программы).

Критерии оценивания результатов тестирования

Для успешной сдачи тестирования необходимо набрать не менее 60% по каждому тесту. Слушателю дается максимально 10 попыток при выполнении тестирования.

Примеры тестовых заданий к темам 1-5

- Какие убеждения по теории привязанности Дж. Боулби являются базисными?
 - Об агрессивности и недоверии к миру
 - О доброжелательности, справедливости мира.
 - Об индивидуализме и самостоятельности личности
 - О ценности и значимости собственного Я.
- Что является необходимым для становления психологического здоровья детей согласно исследованию Дубровиной И.В.?
 - Гаджеты в качестве нянек
 - Безусловная любовь и принятие ребенка
 - Изоляция и игнорирование ребенка
 - Отрицание индивидуальности и ценности ребенка
- Что из перечисленного относится к правилам личностного отношения к ребёнку?
 - Безусловно принимать ребёнка, сопереживать ему и стремиться его понять.
 - Открыто выражать свои чувства и быть готовым к диалогу с ребёнком.
 - Оценивать, критиковать или обсуждать конкретные действия ребёнка, которые нам не нравятся или нас не устраивают.
 - Учить ребёнка сопереживать другим людям, понимать их, считаться с ними, договариваться и сотрудничать с ними.
 - Приобщать его к выработанным в культуре ценностям и помогать ему осваивать нормы и способы человеческого поведения
 - Верны все ответы.
- К каким признакам одаренности относятся следующие особенности ребенка: повышенная избирательная чувствительность; высокая увлеченность; предпочтение парадоксальной, противоречивой и неопределенной информации, неприятие стандартных, типичных заданий и готовых ответов; высокая требовательность к результатам?

- А. Мотивационным
В. Инструментальным
5. К каким признакам одаренности относятся следующие особенности ребенка: специфические стратегии деятельности; индивидуальный стиль деятельности; особый тип организации знаний; своеобразный тип обучаемости?
А. Мотивационным
В. Инструментальным
6. Кому из ученых принадлежит следующее высказывание: «Обучать ребенка возможно только тому, чему он уже способен обучаться»?
А. Л.С.Выготский
В. В.С. Юркевич
С. Ю.Б. Гиппенрейтер
7. Какой тип характеризуют следующие особенности поведения (по Ю.Б. Гиппенрейтер): подвижные, энергичные, открытые, общительные, доброжелательные, переменчивы в намерениях и увлечениях; с трудом переносят однообразие; вспыльчивы, но быстро отходят?
А. Гипертимный
В. Тревожный
С. Демонстративный
D. Неустойчивый
8. Какой тип характеризуют следующие особенности поведения (по Ю.Б. Гиппенрейтер): много и охотно общаются; развиты воображение и фантазия, чувство юмора, артистизм; нуждаются в постоянном внимании, эгоцентричны, манипуляторы, не склонны к труду, непостоянны?
А. Гипертимный
В. Тревожный
С. Демонстративный
D. Неустойчивый
9. Какой вид похвалы мотивирует сильнее?
А. Молодец!
В. Отличная работа!
С. Ты хорошо постарался!
D. Я горжусь тобой!
10. Что из перечисленного относится к правилам дисциплины?
А. Показывать пример оптимистического взгляда на жизнь.
В. Наказывать лучше, лишая хорошего, чем делая плохое.
С. Ограничения, требования и запреты обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.
D. Необходимо предоставлять детям разумную самостоятельность.
E. Создавать ситуацию успеха.
11. Требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.
А. Когда используется метод тайм-аута?
В. Ребенок подвергает себя и окружающих опасности,
С. Просьбы и уговоры не работают,
D. Ребенок захвачен эмоциями, с ним сложно договориться
E. Верны все ответы

Примеры тестовых заданий к темам 6-10

1. Какое утверждение не соответствует рекомендациям автора курса?
А. Ребенок – это равная мне личность.

- V. Воспитание строится на методе кнута и пряника.
 - C. Всё, что требуется матери, — заботиться о ребенке, прислушиваться, верить и давать себе право на ошибку.
 - D. Чем старше становится ребенок, тем больше мать должна уделять внимание себе и тем меньше потребностям ребенка.
2. Что автор считает важным в отношениях родителей и детей?
- A. Воспитание строится на методе кнута и пряника.
 - V. С ребенком всегда можно договориться.
 - C. Мать неизбежно совершает ошибки в уходе за ребёнком, — но затем исправляет их, делает выводы.
 - D. Я старше, умнее и опытнее, поэтому я всегда лучше знаю, что ему надо.
3. Что автор считает важным для нормального развития ребенка?
- A. Ошибка воспитания неизбежна и нормальна.
 - V. С ребенком не всегда можно договориться.
 - C. Чем старше становится ребенок, тем меньше мать должна уделять внимание себе и тем меньше потребностям ребенка.
 - D. Никакие деньги, никакие развивалки, никакое образование – ничто не заменит вашему ребенку вас.
4. Что автор считает наивным мнением родителей?
- A. Ребенок – это равная мне личность.
 - V. Я буду жить для своего ребенка, его воспитание - моя основная задача.
 - C. Если для меня что-то очевидно, то и ребенок в конце концов это поймет.
 - D. Ребенок решит мои проблемы.
5. Какое высказывание автор считает важным для заботы родителей о себе?
- A. Воспитание строится на методе кнута и пряника.
 - V. Я буду жить для своего ребенка, его воспитание - моя основная задача.
 - C. Всё, что от неё требуется, — заботиться о ребенке, прислушиваться, верить и давать себе право на ошибку.
 - D. Чем старше становится ребенок, тем больше мать должна уделять внимание себе и тем меньше потребностям ребенка.
6. Какие рекомендации по взаимодействию между братьями и сестрами рекомендовано следовать?
- A. Братья и сестры должны знать, что их чувства по отношению друг к другу подтверждены.
 - V. Одобрительные сравнения
 - C. Стремиться уравнивать все: внимание, время, чувства
 - D. Навязывать ребенку определенную роль
7. Что можно использовать для подготовки старшего ребенка к появлению младшего?
- A. Привлечение к уходу за новорожденным
 - V. Ругать за некорректное поведение
 - C. Отказаться от общения с ребенком до рождения младшего
8. Сколько раз в неделю следует проводить личное качественное время с старшим ребенком для общения?

- A. Один раз в месяц
 - B. 1-3 раза в неделю
 - C. Каждый день по несколько часов
9. Укажите верное высказывание.
- A. Если старший ребенок помогает вам с младшим, его ответственность должна быть уравновешена правами.
 - B. Старший ребенок не должен иметь привилегий перед младшим.
 - C. Младший ребенок должен слушаться старшего.
10. В каком возрасте достигает пика страх быть отвергнутым, стать изгоем?
- A. От 1 до 3 лет
 - B. От 3 до 7 лет
 - C. От 7 до 11 лет
 - D. От 12 до 16 лет
11. По мнению автора, стоит ли сообщать ли ребенку о смерти его близкого?
- A. Да
 - B. Нет
12. По мнению автора, стоит ли вспоминать с ребенком умершего или нет?
- A. Да
 - B. Нет

Требования к онлайн тестированию:

Внимательно изучите вопросы и варианты ответов к ним. Выберите один вариант ответа, который вы считаете правильным. Время тестирования – 60 мин. Количество попыток – 3.

Критерии оценивания и оценивание результатов тестирования.

«Зачтено» — 15 и более правильных ответов.

«Не зачтено» — 14 и менее правильных ответов.

Процедура тестирования и представление его результатов обучающимся осуществляется в асинхронном формате.

Итоговая аттестация. Зачет на основании совокупности выполненных на положительную оценку практических работ, результатов онлайн тестирования.

Требования к итоговой аттестации:

Обучающийся считается аттестованным при следующих условиях: 1) результат онлайн тестирования – зачтено; 2) при выполнении практических заданий обучающийся продемонстрировал знание и понимание учебных материалов образовательной программы.

Обучающийся считается неаттестованным при одном из следующих условиях: 1) результат онлайн тестирования – не зачтено; 2) при выполнении практических заданий обучающийся продемонстрировал незнание и непонимание учебных материалов образовательной программы.

Критерии оценивания и оценивание результатов освоения образовательной программы:

Обучающийся считается аттестованным при следующих условиях: зачтено 70% и более практических работ; результаты онлайн-тестирования – «зачтено».

Обучающийся считается неаттестованным при одном из следующих условий: зачтено менее 70% результатов выполнения практических работ; результаты онлайн-тестирования – «не зачтено».

РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

1. Арефьева Т.А., Галкина Н.И. Преодоление страхов у детей. Тренинг. – 2-е изд. – М.: Психотерапия, 2009.
2. Башкирова Е.Н Прививка от страха // Школьный психолог, №1, 2011
3. Башкирова Е.Н. Причины и способы преодоления выученной беспомощности // Начальная школа. 2021. № 12 С.49-54.
4. Башкирова Е.Н. Раннее развитие способностей детей: за и против // Психология способностей и одаренности. Материалы всероссийской научно-практической конференции [21-22 ноября 2019 г.] /под ред. ред. проф. В.А. Мазилова. - Ярославль: РИО ЯГПУ, 2019. - с. 135-138
5. Безруких М.М. Дошкольник. Мифы и реалии // Вестник практической психологии образования. N 4(29) октябрь–декабрь, 2011.
6. Боулби Д. Привязанность. – М.: Гардарики, 2003.
7. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок. М., 2002.
8. Быкова А. Школьники «ленивой мамы» - М., 2019.
9. Винникотт Д.В. Маленькие дети и их матери/Пер. с англ. Н.М. Падалко. — М.: Независимая фирма "Класс", 1998. (Библиотека психологии и психотерапии).
10. Восс К. Никаких компромиссов. Беспрониимые переговоры с экстремально высокими ставками. – М.: Эксмо, 2022.
11. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: АСТ, 2023.
12. Гиппенрейтер Ю.Б. У нас разные характеры... Как быть? – М., 2012.
13. Дмитриева В. Это же любовь! Книга, которая помогает семьям. – М.: Бомбора, 2023.
14. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб., 2004.
15. Коллинз-Доннели К. Тебе не нужны фильтры! Как перестать шеймить себя изза внешности и полюбить свое тело / Кейт Коллинз-Доннели; пер. с англ. В.Горохова; науч. Ред. А. Пингачева. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2022.
16. Коркина М.В. Дисморфомания в подростковом возрасте. М.: Медицина, 1984.
17. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность и индивидуальные различия : избранные труды. М: РАО, Московский психолого-соц. ин-т. - 3-е изд. / испр. и доп. - Москва : Московский психолого-соц.ин-т; Воронеж : МОДЭК, 2008.
18. Мурашова Е., Кривец Н. С любовью о детях и их родителях Минск: Дискурс, 2020.
19. Патяева Е. От рождения до школы: первая книга думающего родителя. 4-е изд. – М.: Смысл, 2019.
20. Патяева Е. От рождения до школы: первая книга думающего родителя. 4-е изд. – М.: Смысл, 2019.
21. Патяева Е. От рождения до школы: первая книга думающего родителя. 4-еизд. – М.: Смысл, 2019.
22. Петрановская Л. Если с ребенком трудно. – М.: АСТ, 2022.

23. Петрановская Л.В. Тайная опора: привязанность в жизни ребенка.- М.: Издательство АСТ, 2022.
24. Петрановская Л.В. Что делать, если... в школе что-то идет не так? М.: Издательство: АСТ, 2022 г.
25. Рабочая концепция одаренности. — 2-е изд., расш. и перераб. — М., 2003. ..." [Источник: [https://psychlib.ru/mgppu/rko/rko-001-.htm#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/rko/rko-001-.htm#$p1) (дата обращения: 20.04.2024).
26. Ромек В. Г. Теория выученной беспомощности Мартина Селигмана //Журнал практического психолога. – 2000. – №. 3-4. – С. 218-235.
27. Руфо М. Братья и сестры, болезнь любви. Дети в семье – сложности роста / Пер. с фр. О.Давтян. – Екатеринбург: У-Фактория, 2006. <https://klex.ru/6d1> (дата обращения: 20.04.2024).
28. Селигман М. Как научиться оптимизму: измените взгляд на мир и свою жизнь. М.: Альпина Паблишер, 2018. <https://klex.ru/7by> (дата обращения: 20.04.2024).
29. Селигман М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни. М. : София, 2006. <https://klex.ru/4vw> (дата обращения: 20.04.2024).
30. Селигман, М. Ребенок-оптимист. Проверенная программа формирования характера / Мартин Селигман совместно с Карен Рейвич, Лайзой Джейкокк, Джейн Гилхэм ; пер. с англ. А. Богдановой.— М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. <https://klex.ru/ync> (дата обращения: 20.04.2024).
31. Сигитова Е. Как бы тебе объяснить...: Находим нужные слова для разговора с детьми / Екатерина Сигитова. – М.: Альпина Паблишер, 2020. <https://klex.ru/1qwl> (дата обращения: 20.04.2024).
32. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. Ростов-на-Дону, Феникс, 2004. <https://klex.ru/d7r> (дата обращения: 20.04.2024).
33. Ткач Р.М. 50 целебных сказок для детей. М: ИОИ,2016.
34. Фабер А., Мазлиш Э. Братья и сестры. Как помочь вашим детям жить дружно. М: Издательство: Эксмо-Пресс, 2023 г.
35. Харрис Э. Эмберли М. Давай поговорим про ЭТО. О девочках, мальчиках, младенцах, семьях и теле. М.: Издательство: Бомбора, 2019 г.
36. Циринг Д. А. Современные подходы к коррекции выученной беспомощности у детей и подростков //Сибирский психологический журнал. – 2008. – №. 29.
37. Юркевич В.С. Одаренный ребенок: иллюзии и реальность: Кн. для учителей и родителей. – М.:Просвещение, Учебная литература, 1996. <https://klex.ru/68k> (дата обращения: 20.04.2024).

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Техническое обеспечение: ПК, локальная сеть, выход в Интернет.

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows 7, пакет программ Microsoft Office 2010, браузер Google Chrome или Mozilla Firefox.

5. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

При организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ОВЗ учитываются:

- возможность обеспечения указанных лиц специальными условиями доступа и пребывания на территории образовательной организации;
- рекомендации медико-социальной экспертизы, отраженные в индивидуальной программе реабилитации инвалида, относительно рекомендованных условий и видов труда.

В целях доступности получения образования по образовательным программам инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:
для обучающихся с нарушениями зрения:

- использование альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

для обучающихся с нарушениями слуха:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- беспрепятственный доступ в помещения образовательных и иных организаций, на базе которых организован образовательный процесс.