

**КАЗАХСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЖЕНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

Рассмотрено и согласован на
заседании УМС КазНЖПУ
Протокол №2 от «25» февраля 2025 г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ**

**«ПОВЫШЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ РОДИТЕЛЕЙ –
ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ДОВЕРИТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ В
СЕМЬЕ»**

Составители: Багибаева М.И.
Бапаева М.К.
Куантканова Ф.М.
Аубәкір А.С.

Алматы, 2025

1. Общие положения

1. Образовательная программа повышения квалификации «Повышение психологической культуры родителей – основа построения доверительных отношений в семье» предназначена для психологов и педагогов-психологов.

2. Программа направлена на формирование психологической культуры современного родителя, которая служит основой для открытого выражения его чувств, эмоций, обеспечения положительного влияния на формирование родительского поведения, поддерживающего эмоционально и социально гармоничное развитие ребенка.

3. Нарушения взаимоотношений и эмоционального равновесия в семье возникают из-за низкой психологической культуры современных родителей.

4. Чувствовать и уверенно строить отношения в семье, демонстрировать позитивные ценности, анализировать собственное поведение и психические ресурсы в семейном воспитании и объяснять важность повышения психологической культуры и грамотности родителей.

5. Овладение приемами и способами оптимального разрешения и предупреждения конфликтов, возникающих в семье, и отработка механизмов оказания взаимной психологической поддержки.

2. Глоссарий

Психология воспитания – это область психологии, изучающая влияние родителей на психологическое и эмоциональное развитие ребенка.

Психологическая культура – это способность человека и общества понимать эмоции, поведение и отношения и эффективно управлять ими.

Эмоциональный интеллект – это способность распознавать, понимать и управлять своими эмоциями и эмоциями других людей.

Конфликт – это противоречие между потребностями, взглядами или интересами двух или более людей.

Управление стрессом – это набор методов и подходов для снижения уровня стресса и эффективного управления им.

Активное слушание – это коммуникативный навык, направленный на то, чтобы внимательно слушать собеседника, понимать, что он говорит, и правильно на него реагировать.

Ролевая игра – это метод, используемый участниками для развития практических навыков, играя различные роли и воссоздавая реальные ситуации.

Кейс-анализ – это способ развить навыки принятия решений путем анализа реальных или воображаемых ситуаций.

Стили общения – это модели поведения, которые люди используют, когда разговаривают с другими людьми, высказывают свое мнение и обмениваются мнениями (открытые, закрытые, агрессивные и т. д.).

Эмпатия – это способность понимать эмоциональное состояние другого человека и сопереживать ему.

Ценности – это моральные, этические и культурные принципы, которые важны для человека или общества.

Управление конфликтами – эффективные методы разрешения конфликта и предотвращения его негативных последствий.

Тренинг – это интерактивная форма обучения, направленная на совершенствование знаний и навыков участников.

Рефлексия – это процесс анализа собственных мыслей, чувств, действий или опыта.

Арт-терапия – это творческое лечение (рисование, лепка и т. д.), которое помогает в самопознании и управлении эмоциями.

Обратная связь – это способ улучшить процесс обучения или работы с помощью мнений и предложений участников.

Семейные ценности – основные моральные принципы и традиции, определяющие образ жизни, взаимоотношения и воспитание членов семьи.

Сознательный родитель – это сознательное, контролирующее свои эмоции и ответственное поведение родителей в процессе воспитания собственного ребенка.

Социальный интеллект – это способность эффективно общаться с людьми в обществе и понимать их.

Дневник достижений – это мотивационный инструмент, с помощью которого человек записывает свои достижения и опыт.

3. Тематика Программы

*Программа полного курса для специалистов состоит из 5 модулей

<i>Модуль 1. Основы психологической культуры родителей.</i>	Понятие «психологическая культура».
	Роль родителей в семье.
	Понятие сознательного родителя.
	Ответственность родителей в воспитании детей.
<i>Модуль 2. Возрастные особенности ребенка и его потребности.</i>	Психологические особенности каждого возрастного периода.
	Физиологические и эмоциональные потребности ребенка.
	Стратегии воспитания в соответствии с каждым возрастным периодом.
<i>Модуль 3. Эмоциональный интеллект и семейные отношения</i>	Эмоциональный интеллект: понятие и значение.
	Понимание и управление эмоциями между родителями и детьми.
	Навыки построения доверительных отношений.
<i>Модуль 4. Разрешение конфликтов и управление стрессом в семье.</i>	Основные виды конфликтов и пути их разрешения.
	Причины возникновения стресса в семье.
	Методы управления стрессом.
	Поддержание эмоционального баланса.

<i>Модуль 5. Практическая работа по укреплению психологической культуры родителей.</i>	Подготовка семинаров-тренингов для родителей.
	Укрепление семейных ценностей.
	Анализ реальных ситуаций и принятие решений.
	Рефлексия и обратная связь участников.

4. Цель, задачи и ожидаемые результаты Программы

Цель программы повышения квалификации – дать педагогам-психологам профессиональное образование по направлению укрепления семейных отношений через повышение психологической культуры родителей, улучшение качества воспитания детей и содействие развитию семейных ценностей в обществе.

Задачи программы:

1. Разъяснение важности повышения психологической культуры и грамотности родителей.
2. Обучить участников психологическим приемам и приемам для улучшения семейных отношений.
3. Формирование родительского поведения, поддерживающего эмоциональное и социальное развитие ребенка.
4. Организация семинаров-тренингов и ролевых игр для совершенствования практических навыков участников.
5. Освоение путей оказания психологической поддержки по разрешению и предупреждению конфликтов в семье.

Ожидаемые результаты:

- Участники понимают и могут работать над основными принципами родительской психологической культуры.
- Владеет приемами, используемыми для улучшения семейных отношений.
- Участники совершенствуют свою способность формировать доверительные отношения между родителями и детьми.
- Участники могут изучать и применять эффективные стратегии разрешения конфликтов.
- Формируются специалисты, которые вносят вклад в популяризацию семейных ценностей в обществе.

5. Структура и содержание Программы

Программа курса повышения квалификации разделена на 72 часа и состоит из 5 модулей: основы психологической культуры родителей, возрастные особенности ребенка и его потребности, эмоциональный интеллект и семейные отношения, решение конфликтов и управление стрессом в семье, практическая работа по укреплению психологической культуры родителей.

Модуль 1: Основы психологической культуры родителей. Объяснение понятия родительской психологической культуры и ее основных принципов. Роль родителей и их место в обществе. Понятие психологической культуры и ее значение. Основные аспекты психологической культуры. Участники осознают

важность родительской психологической культуры и осознанно принимают свою роль.

Модуль 2: Возрастные особенности ребенка и его потребности. Объяснение психологического развития ребенка в соответствии с возрастными периодами. Анализ особенностей, характерных для каждого возрастного периода ребенка. Методы удовлетворения возрастных потребностей ребенка. Способы поддержки в соответствии с возрастом. Участники могут понять возрастные особенности ребенка, определить и поддержать его потребности в соответствии с его развитием.

Модуль 3: Эмоциональный интеллект и семейные отношения. Объяснение концепции эмоционального интеллекта и укрепление эмоциональной связи между родителями и детьми. Основные компоненты эмоционального интеллекта. Способы управления эмоциями. Стратегии улучшения отношений в семье. Участники овладевают управлением эмоциями и улучшают общение в семье.

Модуль 4: Разрешение конфликтов и управление стрессом в семье. Обучение методам разрешения конфликтов и управления стрессом. Основные причины конфликтов в семье. Эффективные способы разрешения конфликтов. Средства управления и профилактики стресса. Участники учатся эффективно разрешать конфликты и принимают правильные решения в стрессовых ситуациях.

Модуль 5: Практическая работа по укреплению психологической культуры родителей. Развитие навыков применения теоретических знаний на практике. Получение опыта через тренинги и ролевые игры. Анализ реальных жизненных ситуаций. Использование различных психологических средств. Участники решают конкретные психологические проблемы и приобретают навыки, необходимые для практического применения.

6. Организация учебного процесса

В курсе повышения квалификации «Повышение психологической культуры родителей – основа построения доверительных отношений в семье» могут принять участие психологи, педагоги-психологи. Обучение проводится в очном и дистанционном форматах обучения (ZOOM, MS Teams).

В ходе курса используются различные методы и формы обучения, а именно:

- лекции, охватывающие теоретические аспекты психологии;
- практическая работа, направленная на развитие эмоционального интеллекта и навыков общения с детьми;
- групповая работа, Обсуждение и анализ ситуаций;
- индивидуальная работа основана на размышлениях и применении знаний к личным примерам;
- интерактивные методы обучения: ролевые игры и кейс-методы способствуют более глубокому усвоению участниками учебного процесса.

Срок обучения составляет 72 часа в очном и дистанционном форматах обучения.

Контроль и оценка знаний участников курса включает в себя:

- тестирование на определение уровня предкурсового и посткурсового образования;

- выполнение и защита проектных работ на основе полученных знаний (например, индивидуальная разработка методов воспитания);

- итоговое тестирование для оценки общих знаний и навыков в конце курса.

Курс направлен на формирование практических навыков, которые участники могут эффективно использовать в своей профессиональной и личной жизни.

7. Учебно-методическое обеспечение программы

Модуль 1: Основы психологической культуры родителей

Часы: 15 часов.

Цель: объяснить понятие родительской психологической культуры, ее значение и основные аспекты.

Обязанности:

1. Теоретические знания о психологической культуре.

2. Анализ роли родителей и отражение их положения в обществе.

Ожидаемые результаты:

- Участники понимают значение родительской психологической культуры.

- Определяет роль родителей в воспитании детей.

Модуль 2: Возрастные особенности ребенка и его потребности

Часы: 12 часов.

Цель: объяснить психологическое развитие ребенка в зависимости от возраста.

Обязанности:

1. Выявить психологические особенности, характерные для возрастных периодов ребенка.

2. Учить родителей приемам удовлетворения потребностей ребенка.

Ожидаемые результаты:

- Участники изучают современные теории о возрастных особенностях ребенка.

- Выявляет и поддерживает потребности в соответствии с развитием ребенка.

Модуль 3: Эмоциональный интеллект и семейные отношения

Часы: 12 часов.

Цель: укрепление эмоциональной связи между родителями и детьми.

Обязанности:

1. Объяснить понятие эмоционального интеллекта и показать его значимость.

2. Обучение приемам управления эмоциями.

Ожидаемые результаты:

- Участники приобретают навыки управления эмоциями.

- Может улучшить отношения в семье на эмоциональном уровне.

Модуль 4: Разрешение конфликтов и управление стрессом в семье

Часы: 15 часов.

Цель: обучение методам разрешения конфликтов и управления стрессом.

Обязанности:

1. Анализ основных причин конфликтов в семье.

2.Овладение участниками средствами разрешения конфликтов и управления стрессом.

Ожидаемые результаты:

- Участники учатся эффективно разрешать конфликты.
- Овладевает приемами принятия правильных решений в стрессовых ситуациях.

Модуль 5: Практическая работа по укреплению психологической культуры родителей

Часы: 15 часов.

Цель: развитие навыков применения теоретических знаний на практике.

Обязанности:

1.Укрепление психологической культуры родителей посредством тренингов и ролевых игр.

2.Анализ конкретных ситуаций на основе собственного опыта участников.

Ожидаемые результаты:

- Участники могут решать конкретные психологические проблемы.
- Способен применять практические навыки в профессиональной деятельности.

Для качественной реализации программы используются следующие учебно-методические пособия и материалы:

1. Программа повышения квалификации педагогических кадров:

Специальные курсы, семинары и тренинги для повышения профессионального уровня специалистов.

2. Учебные материалы:

- учебники, методические пособия, методические рекомендации;
- презентации;
- видеоуроки;
- методические указания и дополнительные материалы.

3. Практические и самостоятельные работы:

- самостоятельные рабочие задания для участников;
- тестовые задания для проверки результатов обучения.

4. Интернет-ресурсы:

- онлайн-платформы для углубления содержания программы;
- электронные книги, учебные пособия и другие цифровые ресурсы.

Учебно-тематический план курса

		Лекция	Практическая работа	Тест, проектирование	Итоговый проект	Всего
	Тема урока					

	Модуль 1. Основы психологической культуры родителей.	4	8	3		15
1.	Понятие «психологическая культура».	1	2	3		
2.	Роль родителей в семье.	1	2			
3.	Понятие сознательного родителя.	1	2			
4.	Ответственность родителей в воспитании детей.	1	2			
	Модуль 2. Возрастные особенности ребенка и его потребности.	3	6	3		12
1.	Психологические особенности каждого возрастного периода.	1	2			
2.	Физиологические и эмоциональные потребности ребенка.	1	2			
3.	Стратегии воспитания в соответствии с каждым возрастным периодом.	1	2	3		
	Модуль 3. Эмоциональный интеллект и семейные отношения	3	6	3		12
1.	Эмоциональный интеллект: понятие и значение.	1	2			
2.	Понимание и управление эмоциями между родителями и детьми.	1	2			
.	Навыки построения доверительных отношений.	1	2	3		
	Модуль 4. Разрешение конфликтов и управление стрессом в семье.	4	8	3		15
1.	Основные виды конфликтов и пути их разрешения.	1	2			
2.	Причины возникновения стресса в семье.	1	2			
3.	Методы управления стрессом.	1	2			
4.	Поддержание эмоционального баланса.	1	2	3		
	Модуль 5. Практическая работа по укреплению психологической культуры родителей.	4	8	3		15
1.	Подготовка семинаров-тренингов для родителей.	1	2			
2.	Укрепление семейных ценностей.	1	2			

3.	Анализ реальных ситуаций и принятие решений.	1	2			
4.	Рефлексия и обратная связь участников.	1	2	3	3	
Всего:		18	36	15	3	72

8. Оценивание результатов обучения

Оценка результатов обучения направлена на проверку теоретических знаний, практических навыков участников в процессе обучения и достижения основных целей курса.

Критерии оценки:

1. Оценка теоретических знаний (30%).

Проверка понимания участниками основных тем курса. Проводятся через тесты, викторины и онлайн-опросы.

Показатели оценки:

- Уровень понимания материала.
- Минимальное количество неправильных ответов.

2. Оценка практических заданий (40%).

Оценка опыта, полученного в результате ролевых игр, кейс-анализа и практических упражнений.

- Проверяется способность участников решать конкретные ситуации.

Показатели оценки:

- Правильность принятых решений.
- Правильное использование психологических методов.
- Креативность и всесторонний подход.

3. Личная рефлексия и самостоятельная работа (20%).

Оценка собственных дневников и рефлексивных заданий участников.

Показатели оценки:

- Умение анализировать свой опыт.
- Объяснять применение полученных знаний в профессиональной деятельности.

4. Итоговый проект (10%).

Оценка самостоятельно разработанного участниками проекта по окончании курса (например, план тренинга для родителей или план мероприятий по развитию психологической культуры в семье).

Показатели оценки:

- Соответствие содержания проекта цели курса.
- Практическое применение и актуальность плана.
- Качество презентации (презентация, стиль изложения).

Методы оценки:

- Тестовые задания: для проверки теоретических знаний участников.
- Дискуссия и групповая работа: интерактивные сессии, проводимые в конце каждого модуля.
- Ролевые игры: оценка практических навыков участников.

- Индивидуальная рефлексия: в каждом разделе курса участники записывают свои достижения и трудности.

- Итоговая оценка: проводится по групповому или индивидуальному проекту.

Шкала результатов оценки:

90-100% – полностью владеет материалом курса, применяет практические навыки на высоком уровне.

75-89% – хорошо владеет материалом, есть небольшие трудности с применением некоторых техник.

50-74% – частично владеют материалом, испытывают трудности в применении практических навыков.

49% и ниже – недостаточно усвоен материал, низкий уровень применения навыков.

9. Посткурсовое сопровождение

Посткурсовое сопровождение направлено на обеспечение применения участниками полученных знаний на практике и продолжение их профессионального развития. Этот процесс позволяет повысить квалификацию участников и постоянно совершенствовать новые навыки.

Цели посткурсового сопровождения:

1. Помощь в решении вопросов участников, возникающих при практическом использовании материалов курса.

2. Углубление новых знаний и адаптация к конкретным профессиональным условиям.

3. Совершенствование эффективных способов работы по повышению психологической культуры родителей.

4. Вовлечение участников в долгосрочное профессиональное сообщество.

Методы посткурсового сопровождения:

1. Онлайн-консультации:

- Организуется в течение 3 месяцев после курса.

- Участники могут задавать свои вопросы на онлайн-платформах (Zoom, Teams) или по электронной почте.

- Консультации будут направлены на решение практических вопросов.

2. Чат поддержки:

- Для участников создается группа В общем мессенджере (WhatsApp, Telegram).

- В этом чате участники общаются и обмениваются опытом с тренерами и друг с другом.

3. Доступ к дополнительным ресурсам:

- Участникам предоставляется долгосрочный доступ к учебным материалам, методическим указаниям и видеоматериалам.

- Представлена обновленная информация и литература.

4. Создание профессионального сообщества:

- Для участников, завершивших курс, будет организовано специальное онлайн-сообщество.

- Члены ассоциации могут обмениваться профессиональными советами, идеями и участвовать в общих проектах.

5. Сертифицированные тренинги:

- Для участников предлагаются дополнительные краткосрочные тренинги.
- Тренинги охватывают новые подходы и технологии работы с родителями.

6. Сбор отзывов:

- После курса участники получают обратную связь об их опыте применения полученных знаний.

- Эта информация используется для улучшения качества курса.

Ожидаемые результаты посткурсового сопровождения:

- Участники смогут эффективно применять полученные на курсах знания на практике.

- В процессе работы с родителями повышается возможность применения новых и инновационных подходов.

- Продолжится профессиональное развитие методов, направленных на повышение психологической культуры.

- Укрепляются профессиональные связи между участниками, формируется общая профессиональная среда.

10. Список основной и дополнительной литературы:

Основная литература:

1. Лэнгле, А. Эмоции и экзистенция. Теоретические и практические рекомендации, как обеспечить более стабильную связь между экзистенцией и эмоциональностью. Пер. с нем. О. Шипиловой. - Харьков: Гуманитарный центр, 2017. - С. 284.

2. Давид, С. Эмоциональная гибкость. Как научиться радоваться переменам и получать удовольствие от работы и жизни. Пер. с англ. Е. Ряхиной; под ред. Т. Рапопорт. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. - с. 304. (Серия: МИФ. Личное развитие).

3. Юлия Гиппенрейтер. Большая книга общения с ребенком / Ю. Б. Гиппенрейтер - "АСТ", 2016.

4. Джошуа Коулман. Родители и взрослые дети. Как разрешать конфликты и расширять отношения. Бомбора-Москва: Эксмо, 2022. - С. 416.

5. Murashova, E.V. "Family Psychology: A Practical Guide". - Saint Petersburg: Rech, 2015.

Дополнительная литература:

1. Мелани Феннел. Терапия самооценки. Москва: Эксмо, 2023. - 368 с.

2. Mescheriakov, B.G., Zinchenko, V.P. "The Big Psychological Dictionary". – Moscow: AST, 2004.

3. Юлия Латуненко. Материнский сценарий. Москва, 2024. - 320 с.

4. Сара Оквелл-Смит. Если у вас второй ребенок. Москва: 2022. - 352 с.

5. https://www.aaml.org/wp-content/uploads/37_1_Full_Text_PDF.pdf