

ПРОГРАММА КЛУБА «УСТОЙЧИВАЯ СЕМЬЯ»

1. **Социально-психологические тренинги с элементами терапии** для целевой группы родителей по программе «Азбука счастливой семьи» (см. Раздел 5.14. Программа для работы с родителями в Клубах «Устойчивая семья»). Инструмент основан на практике с доказанной эффективностью Школы родителей «Азбука семьи» (верифицирована МГППУ, получено заключение Центра научных экспертиз СПбГУ, занимает ведущее место в РФ по количеству внедрений среди лучших практик).

2. Программа включает 17 тренингов, имеет структуру и методологию, благодаря которой в Клубе формируется реабилитационное пространство, происходит поэтапное осознание родителями комплексного влияния семьи как системы на развитие ребенка и его поведение, постепенное улучшение психоэмоционального состояния мам и пап, повышение их психологической устойчивости и развитие родительских компетенций.

3. Очные тренинги еженедельно посещает группа от 6 до 12 родителей. Участники присоединяются к группе не позднее второго занятия и полностью осваивают программу. В ходе тренингов исключается лекционный формат, широко используются упражнения, практики, игры из методической копилки Лидера (назначается после обучения психолога по программе «Азбука счастливой семьи»). Тренинги проводятся в формате «равный – равному» и обеспечивают атмосферу безусловного принятия, уважения, веры родителя в свой успех, создает круг горизонтальной социальной поддержки для каждого. По итогам успешного освоения программы родители получают сертификаты.

4. **Поддерживающие и досуговые неформальные мероприятия** по предложенному проекту программы (см. параграф 5.14. «Программа для работы с родителями в Клубах «Устойчивая семья») продолжают работу с первой группой родителей и расширяют круг участников Клуба.

5. Расписание мероприятий готовит Лидер Клуба совместно со специалистом по социальной работе – рекомендованы еженедельные тематические встречи. Первые мамы и папы, успешно освоившие программу «Азбука счастливой семьи», становятся в Клубе «экспертами опыта» и наставниками для вновь присоединяющихся родителей. Неформальные встречи позволяют укреплять сообщество и взаимную поддержку в реабилитационном пространстве, развивать навыки и компетенции - бытовые, культурные, творческие, воспитательные. При поддержке психолога и специалиста по социальной работе «эксперты опыта» берут на себя часть организационных задач Клуба. Новые участники присоединяются по приглашению специалистов. В процессе переговоров применяются навыки мотивационного интервью. Используются вовлекающие мероприятия. По мере готовности и формирования устойчивой ремиссии от зависимости (около 6 месяцев), вновь присоединившиеся к неформальным поддерживающим мероприятиям родители приглашаются на социально-психологические тренинги с элементами терапии.

5.14. Программа для работы с родителями в Клубах «Устойчивая семья»

Объем работы в Клубе в формате социально-психологических тренингов с элементами терапии – 64 академических часа и 30 часов самостоятельной работы.

Занятия проходят еженедельно в течение 4 месяцев, всего рекомендовано 17 занятий (15 встреч по 4 академических часа, а также установочная встреча – 2 академических часа и «выпускной» – 2 академических часа). Формат социально-психологических тренингов с элементами терапии позволяет достичь наилучших результатов в части формирования реабилитационного пространства и освоения программы. Тренинги проводит психолог, Лидер Клуба «Устойчивая семья» при содействии Куратора, специалиста по социальной работе.

Как вариант возможна частота встреч два раза в неделю – тогда все занятия делятся по 2 академических часа. Однако практика показывает, что родителям из семей «группы риска» с большей вероятностью подойдет посещение тренингов один раз в неделю. Такое расписание легче дается участникам, которые испытывают организационные трудности с посещением занятий (не с кем оставить детей, трудная транспортная доступность и тд).

До начала групповых тренингов проводятся индивидуальные встречи с родителями, в ходе которых Лидеры Клубов беседуют с мамами и папами, а также с их слов заполняют Анкету.

Рассмотрим тематический план освоения программы «Азбука счастливой семьи» в группе родителей, рассчитанный на 17 занятий в Клубе.

№ занятия	Форма и объем работы	Содержание	Домашнее задание
Занятие 1	Установочная встреча (2 академ.часа)	Знакомство. Ожидания. Создание правил. Представление программы.	Чтение Уроков 1.1 и 1.2. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ.часа)
Занятие 2	Групповой тренинг (4академ.часа)	Часть I. Семья и семейная система. Урок 1.1. Откуда мы родом? Урок 1.2. Какой фундамент у семейной системы?	Чтение Уроков 1.3. и 1.4. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ.часа)
Занятие 3	Групповой тренинг (4 академ.часа)	Часть I. Семья и семейная система Урок 1.3. С чего начинается детство? Урок 1.4. Какие ресурсы нужны родителям?	Чтение Уроков 1.5. и 1.6. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ.часа)
Занятие 4	Групповой тренинг (4 академ.часа)	Часть I. Семья и семейная система Урок 1.5. Как сберечь психическое здоровье ребенка? Урок 1.6. Какие качества родители формируют в детях?	Чтение Уроков 2.1. и 2.2. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ.часа)
Занятие 5	Групповой тренинг (4 академ.часа)	Часть II. Привязанность Урок 2.1. Что такое привязанность и как она работает? Урок 2.2. Какое значение имеют перинатальный период и роды?	Чтение Уроков 2.3. и 2.4. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ.часа)
Занятие 6	Групповой тренинг (4 академ.часа)	Часть II. Привязанность Урок 2.3. Как дети выбирают своих взрослых? Урок 2.4. Какие бывают типы привязанности?	Чтение Уроков 2.5. и 2.6. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ.часа)
Занятие 7	Групповой тренинг (4 академ.часа)	Часть II. Привязанность Урок 2.5. После семи уже поздно? Урок 2.6. Чем грозит нарушение привязанности?	Чтение Уроков 3.1. и 3.2. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ.часа)
Занятие 8	Групповой тренинг (4 академ.часа)	Часть III. Детская психологическая травма Урок 3.1. Что может сломать детей? Урок 3.2. Как влияют на детей «малые травмы»?	Чтение Уроков 3.3. и 3.4. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ.часа)

Занятие 9	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть III. Детская психологическая травма Урок 3.3. Как сказываются на детях «большие» и «повторяющиеся» травмы?» 3.4. Какие последствия у «травмы развития»?	Чтение Уроков 3.5. и 3.6. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 10	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть III. Детская психологическая травма ребенка Урок 1.6. Какие качества родители формируют в детях?	Чтение Уроков 4.1. и 4.2. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение
Занятие 5	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть II. Привязанность Урок 2.1. Что такое привязанность и как она работает? Урок 2.2. Какое значение имеют перинатальный период и роды?	Чтение Уроков 2.3. и 2.4. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 6	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть II. Привязанность Урок 2.3. Как дети выбирают своих взрослых? Урок 2.4. Какие бывают типы привязанности?	Чтение Уроков 2.5. и 2.6. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 7	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть II. Привязанность Урок 2.5. После семи уже поздно? Урок 2.6. Чем грозит нарушение привязанности? Чтение	Чтение Уроков 3.1. и 3.2. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 8	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть III. Детская психологическая травма Урок 3.1. Что может сломать детей? Урок 3.2. Как влияют на детей «малые травмы»?	Чтение Уроков 3.3. и 3.4. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 9	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть III. Детская психологическая травма Урок 3.3. Как сказываются на детях «большие» и «повторяющиеся» травмы?» 3.4. Какие последствия у «травмы развития»?	Чтение Уроков 3.5. и 3.6. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 10	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть III. Детская психологическая травма Урок 3.5. Как стресс влияет на развитие мозга ребенка? 3.6. Как помочь ребенку справиться с последствиями травм?	Чтение Уроков 4.1. и 4.2. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 11	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть IV. Трудное поведение Урок 4.1. Трудный или удобный? Урок 4.2. Каким бывает трудное поведение родителей?	Чтение Уроков 4.3. и 4.4. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 12	Групповой тренинг	Часть IV. Трудное поведение Урок 4.3. Почему дети бывают	Чтение Уроков 4.5. и 4.6. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к

	(4 академ. часа)	непослушными? Урок 4.4. Нужны ли наказания для послушания?	ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 13	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть IV. Трудное поведение Урок 4.5. Почему дети плохо себя ведут? Урок 4.6. Когда с детьми по настоящему трудно?	Чтение Уроков 5.1. и 5.2. в книге-тренажере, просмотр видео-лекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 14	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть V. Подростковый возраст Урок 5.1. Как быть родителем подростка? Урок 5.2. Какие навыки важно формировать у подростка?	Чтение Уроков 5.3. и 5.4. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 15	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть V. Подростковый возраст Урок 5.3. Для чего меняются отношения родителей и детей? Урок 5.4. Кто главный в выборе профессии?	Чтение Уроков 5.5. и 5.6. в книге-тренажере, просмотр видеолекций к ним, выполнение заданий и обсуждение их с Напарником (2 академ. часа)
Занятие 16	Групповой тренинг (4 академ. часа)	Часть V. Подростковый возраст Урок 5.5. Когда происходит сепарация? Урок 5.6. Куда приводит детство?	Заполнение анкеты, завершающей обучение и включающей обратную связь. Вручение Сертификатов родителям.
Занятие 17	Выпускное мероприятие (2 академ. часа)	Завершающая программу неформальная встреча. Выдача сертификатов. Обратная связь. Обсуждение сохранения родительского сообщества. Сбор тем и форматов для последующих неформальных встреч Клуба. Распределение будущих ролей между участниками.	Подготовка к следующей неформальной встрече Клуба в соответствии с распределенными ролями.