

ПРОЕКТ ФГБНУ «ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,  
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ ОБРАЗОВАНИЯ»  
И АНО «АЗБУКА СЕМЬИ»  
РОДИТЕЛЬСКИЕ СОБРАНИЯ «АЗБУКА СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ»

# **СЦЕНАРИЙ МЕРОПРИЯТИЯ. ТЕМА: КАК БЫТЬ РОДИТЕЛЯМИ ПОДРОСТКА?**

Урок 5.1 книги-тренажера

Формат: род. собрание, встреча  
с родителями, вебинар, марафон  
в чате, т. д.



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,  
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ  
ОБРАЗОВАНИЯ

### **Цель собрания:**

- передача родителям знаний об особенностях подросткового возраста.

### **Задачи собрания:**

- сформировать представления родителей об особенностях подросткового возраста
- прояснить вопрос: как быть родителем подростка
- рассмотреть особенности инициации и формирования самостоятельности
- дать возможность участникам поделиться своими чувствами и мыслями на данную тему.

### **Длительность собрания (онлайн или офлайн формат):**

- 60-80 минут

### **Оборудование:**

- Книга-тренажер «Азбука счастливой семьи»
- Чек-лист по теме для каждого родителя
- Копия задания по теме для каждого родителя
- Экран и проектор для демонстрации видео-лекции
- Флипчарт /доска, маркеры
- Правила работы в группе (либо как плакат, либо как раздаточный материал, к которому можно обращаться по мере необходимости).

## **СЦЕНАРИЙ МЕРОПРИЯТИЯ ПО ТЕМЕ: «КАК БЫТЬ РОДИТЕЛЯМИ ПОДРОСТКА?»**

### **I. Приветствие и введение в тему (5 минут):**

**Педагог.** Педагог приветствует родителей, говорит об **основных правилах** безопасных и доверительных отношений участников группы. И предлагает начать встречу.

### **II. Разминка (10 минут)**

**Педагог:** — Давайте сейчас вместе попробуем создать портрет идеального родителя подростка. Прошу вас по очереди называть качества, а я буду записывать их на флипчарте/доске.

*Участники отвечают по очереди или по желанию.*

Ответы родителей фиксируются на доске/флипчарте. Принимаются все варианты без критики и осуждений. Участники свободно высказываются. Педагог делает вывод исходя из полученных ответов.

### **III. Основная содержательная часть — мини-лекция (просмотр видеозаписи 20 минут)**

Педагог организует просмотр 20-минутной видео-лекции в группе родителей.

### **IV. Проработка темы встречи в задании индивидуально (10 минут)**

Педагог предлагает разобрать одно задание по теме и обсудить его в парах. Участники делятся на пары для последующего обсуждения. Индивидуальная проработка задания № 3 «Родители подростка» (стр. 445 книги-тренажера).

### **V. Обсуждение в парах результатов задания (10 минут):**

Обсуждение результатов задания и чувств родителей в паре (высказываются по очереди).

### **VI. Ответ на ключевой вопрос мероприятия в группе (10 минут)**

Педагог предлагает группе вопрос: — У кого кризис сильнее: у подростка или его родителей?

Группа высказывает свои мнения. Обсуждение ведется в свободном порядке. Участники высказываются по желанию. В конце обсуждения педагог подводит итог про то, что у родителей подростков происходит переход от героического мышления к реалистическому. Главная сложность состоит в том, что, бессознательно проживая собственную внутреннюю борьбу во время кризиса среднего возраста, родители нередко вступают в сражение с вполне реальным подростком-собственным сыном или дочерью.

### **VII. Ресурс для родителей. «Само-мотивирующий глагол или фраза» (15 минут)**

**Материал:** стикеры, ручки или фломастеры.

Педагог объясняет, что мотивирующий глагол или фраза — это своеобразный самоприказ, короткое распоряжение, сделанное самому себе. Это помогает взять себя в руки, сдержать эмоции, собраться, вести себя достойно.

Педагог предлагает подумать и вспомнить такой глагол или фразу. Например: «Не вешать нос», «Соберись!» и т. д. Сначала участники

пишут фразу на стикере, затем, по очереди, подходя к флипчарту или доске, наклеивают стикер и произносят фразу вслух.

### **VIII. Обратная связь от родителей (10 минут)**

**Педагог:** — Что для вас сегодня было особенно полезно? С какими чувствами, мыслями, открытиями вы уходите? Поделитесь, пожалуйста!

*Ответы родителей могут фиксироваться на доске/флипчарте. Принимаются все варианты без критики и осуждений. В конце ведущий просит озвучить желающих свои мысли и подводит итог, в зависимости от высказываний группы.*

### **IX. Заключительное слово педагога и домашние задания (2 минуты):**

*Педагог благодарит группу за работу, активность, проявленный интерес к теме и дает домашние задания.*

#### **Домашние задания для родителей (практики на укрепление отношений с детьми):**

1. Выберите удобный момент, когда ребенок рядом с вами и вы оба в хорошем настроении.
2. Скажите своему ребенку любого возраста: «Как хорошо, что ты растешь и взрослеешь! Вырастешь, станешь прекрасным юношей (прекрасной девушкой)».
3. Старайтесь как можно чаще замечать рост, развитие, изменения внешности, новые умения своего ребенка. Отзывайтесь о них положительно.

#### **ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ:**

##### **Книги:**

1. Книга-тренажер «Азбука счастливой семьи. 30 уроков осознанного родительства»
2. Людмила Петрановская «Тайная опора: привязанность в жизни ребенка»
3. Холлис Джеймс. «Перевал в середине пути. Как преодолеть кризис среднего возраста и найти новый смысл жизни»
4. Стейнберг Лоуренс. «Переходный возраст»

Чек-лист 25-го собрания (Урок 5.1 книги-тренажера)

Тема: Как быть родителем подростка?

## **Для хороших отношений с подростками**

1. Искренне радуйтесь росту и взрослению своего ребенка
2. Отзывайтесь о внешности подростка только положительно
3. Учитывайте физиологические трудности подросткового возраста
4. Принимайте «эмоциональные качели» как особенность возраста
5. Признайте подростка взрослым, дайте больше самостоятельности
6. Постепенно передавайте подростку ответственность за его жизнь
7. Позволяйте подростку «наступать на грабли» и совершать ошибки
8. Применяйте метод «естественных последствий», а не наказаний
9. Проявляйте мудрость и терпимость, сохраняя позицию взрослого
10. В любом возрасте психологически поддерживайте своих детей.



**ИНСТИТУТВОСПИТАНИЯ.РФ**



**КРАСНЫЙ КОНЬ |  
ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ**