

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УЧАЩИХСЯ 10–11 КЛАССОВ

Занятие 3. 1

Боламын деген баланың бетін қақпа, белін бу

Личность как результат саморазвития на основе нравственных ценностей

Цель: развитие у родителей навыков рефлексирования и поддержки самостоятельности детей.

Задачи:

- 1) мотивировать на поддержку стремления, формирование и развитие навыков старшеклассников самостоятельно выстраивать свою жизнь;
- 2) ознакомить с возрастными особенностями старшеклассников;
- 3) развивать навыки совместной деятельности и анализа собственной линии поведения в отношении самостоятельности ребенка.

Национальные ценности и качества личности: родительский долг, любовь, уважение к личности, доверие, забота, открытость; честность, доброта, отзывчивость, оптимизм, позитивное мышление, эмоциональный интеллект, готовность сотрудничать.

План

I. Вводная часть. Самостоятельность как важнейшее качество личности

II. Основная часть

1. Возрастные особенности старшеклассников
2. Поддержка самостоятельных действий ребенка (анкетирование «Самостоятельность ребенка»)
3. Приемы формирования самостоятельности ребенка: задания «Портрет вашего ребенка», «Воспитание самостоятельности у детей старшего возраста», «Семейная стенгазета», «Колесо баланса»
4. Упражнение «Мой ребенок – самостоятельная личность»

III. Заключение. Подведение итогов

Ожидаемые результаты

По завершении занятия слушатели:

- ✓ будут иметь представление о возрастных особенностях старшеклассников;
- ✓ разовьют навыки рефлексии собственных действий по развитию самостоятельности детей;
- ✓ овладеют приемами развития у ребенка самостоятельности.

Ресурсы: листы формата А4, ручки, карандаши, листы ватмана, цветные фломастеры, анкета «Самостоятельность ребенка»

Продолжительность занятия – 60 мин.

Хронометраж	Содержание	Ресурсы
3 мин.	<p>Занятие начинается с объявления темы: «Личность как результат саморазвития на основе нравственных ценностей»</p> <p>Вопросы</p> <ol style="list-style-type: none">1. Каким вы хотите видеть своего ребенка к окончанию школы?2. Какие возрастные особенности старшеклассников играют существенную роль в развитии их самостоятельности?3. Какие национальные традиции воспитания у детей самостоятельности существовали раньше?4. Какие приемы может использовать родитель для воспитания самостоятельности у ребенка?	
5 мин.	<p>Уважаемые родители! Темой нашего сегодняшнего занятия является развитие у детей качеств самостоятельной личности.</p> <p>Возрастные особенности старшеклассников имеют особое значение, так как именно для этого возраста характерны развитие самосознания, личностной рефлексии, т. е. способности размышлять о своем психическом состоянии, анализировать свои переживания, понимание собственной индивидуальности.</p>	

	<p>К физическим особенностям этого возраста относятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> увеличение мышечной массы; развитие выносливости; улучшение двигательной координации; формирование осанки; увеличение объема сердца (на 60–70%); завершение развития центральной нервной системы, хотя процессы возбуждения еще преобладают над процессами торможения. <p>Психологические особенности:</p> <ul style="list-style-type: none"> складываются основные черты личности; формируется характер; развиваются <i>самосознание (образ Я), личностная рефлексия</i>; становится более объективной <i>самооценка собственных способностей, ресурсов</i>; в более высокой степени проявляются <i>самоконтроль и саморегуляция</i>; происходит открытие своего внутреннего мира, осознание своей <i>индивидуальности и неповторимости</i>. <p>Это период самоутверждения и активного поиска себя. Важное место в общем развитии является в целом сложившаяся <i>полоролевая идентификация</i>.</p> <p>Дети в этом возрасте стремятся ко все большей независимости, но вместе с тем испытывают потребность в психологической поддержке родителей, других значимых для них взрослых.</p> <p>Интеллектуальные особенности. Ведущее место в учебной деятельности старших школьников занимают мотивы, связанные с <i>самоопределением и подготовкой к взрослой жизни</i>. Познавательные мотивы связаны с широкими социальными перспективами. На первый план выдвигается <i>произвольная мотивация</i>. В выборе способов деятельности старший школьник руководствуется уже сознательно поставленной целью.</p> <p>Социальные особенности. Старшеклассники, стоящие на пороге взрослой жизни, личностного и профессионального самоопределения, более осознанно относятся к учебе, учитывают объективные факторы при выборе будущей специальности, осмысливают и зачастую пересматривают семейные ценности. В этот период очень важна дружба, которая является эмоциональной поддержкой.</p> <p>Задание 1. Опираясь на материал презентации и наш рассказ, составьте «Портрет вашего ребенка», перечислив то, что, на ваш взгляд, наиболее точно отражает характерные особенности его личности.</p>	<p>Листы формата А4, ручки, карандаши</p>
<p>10 мин.</p>	<p>Упражнение «Мой ребенок – самостоятельная личность»</p> <p>Участники делятся на группы. Педагог демонстрирует шаблон мишени – кругов, расположенных один в другом.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Участники называют качества, развитые способности, умения и навыки самостоятельной личности, которые они хотели бы видеть в своем ребенке по окончании школы. 2. Из всего перечисленного группа выбирает пять самых важных качеств и навыков и вписывает их в центр рисунка, где изображены круги (мишень). Центр символизирует самостоятельную личность со всеми перечисленными качествами. 3. Каждый участник ставит фломастером любой знак там, где ребенок, по мнению родителя, находится относительно центра круга. 	<p>Листы ватмана, цветные фломастеры</p>

	<p>4. Участники предлагают действия, которые помогут приблизиться к центру круга, – развить в детях качества самостоятельной личности.</p> <p>Наиболее интересные предложения записываются на доске (флипчарте).</p>	
10 мин.	<p><i>Как воспитывали в детях самостоятельность наши предки</i></p> <p>Педагог предлагает вспомнить исторические факты, свидетельствующие о том, что в национальной традиции воспитания существовали свои способы и приемы развития самостоятельности у детей.</p> <p>Рассказ</p> <p>У казахов существовал обычай дарить новорожденному домашнее животное (жеребенка или верблюжонка), появившееся на свет в одно время с ним (<i>бәсіре</i>). Он принадлежал ребенку и рос вместе с ним. Уход за животным помогал малышу становиться заботливым, ответственным, учил ценить жизнь живого существа.</p> <p>До 5 лет у детей в казахских семьях был период вседозволенности. Ребенка баловали, обращаясь с ним, как с «королем». А с 6 до 15 лет – как с «рабом», строго, приобщая к труду: присматривать за ягнятами, заготавливать дрова, плести узды, плети, выделывать кожу, строить кошару, учиться мастерству верховой езды. После 15 лет – как с равным.</p> <p>В 13–15 лет дети считались совершеннолетними, допускались к общественным собраниям, активно участвовали в хозяйственной и производственной жизни аула.</p> <p>Акцентируя внимание на том, что самостоятельность и ответственность наши предки воспитывали, приобщая детей к труду, педагог, инициируя обсуждение, задает вопросы для беседы.</p> <p>Вопросы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Какие домашние обязанности есть у ваших детей? • Считаете ли вы, что они обязательно должны быть у ребенка или достаточно того, что он занимается своим основным трудом – учится? 	
10 мин.	<p>Цель задания 2– обратить внимание родителей на их собственное понимание и действия по отношению к самостоятельности ребенка.</p> <p>1. Ответьте на вопросы <i>анкеты «Самостоятельность ребенка»</i>, выбирая один из предложенных вариантов. По окончании работы выпишите буквы, соответствующие вашим ответам.</p> <p>2. Опираясь на ваши ответы, заполните таблицу.</p> <p>Анкета для родителей</p> <p>1. <i>Вы идете вместе с сыном (дочерью) покупать одежду. Как происходит выбор?</i></p> <p>А. Конечно, выбираю я. Если доверить выбор ребенку, он будет выглядеть нелепо.</p> <p>В. Выбираем совместно с ребенком, примеряем разные варианты и обсуждаем уместность каждого.</p> <p>С. Ребенок выбирает сам. Считаю, что это не так важно.</p> <p>2. <i>Вам не очень нравится один из друзей вашего ребенка. Ваши</i></p>	Распечатанные анкеты

действия?

- A. Запрещу общаться. Вырастет, спасибо скажет.
- B. Поговорю с ребенком, объясню свою точку зрения, выслушаю его. Запрещать не стану, но постараюсь контролировать общение. Как вариант, приглашу друга в гости, чтобы познакомиться поближе.
- C. Пусть дружит, с кем хочет, ребенок должен учиться на своих ошибках.

3. Характерная для вас фраза в отношении выполнения домашнего задания.

- A. Ну что там сегодня задали? (Изучая при этом дневник ребенка)
- B. Много вам сегодня задали? Нужна будет помощь, позовешь.
- C. Садись, делай сам. Это твоя работа.

4. Вы нашли у сына (дочери) книгу, журнал, содержание которых вам не нравится. Как поступите?

- A. Заберу, ни к чему ему (ей) читать такое.
- B. Объясню, почему это не стоит читать.
- C. Не вижу смысла запрещать, ведь, несмотря на запрет, найдет, если захочет.

5. Если у вашего ребенка произошел конфликт с одноклассником, как вы поступите?

- A. Сразуотреагирую и буду решать эту проблему. Позвоню родителям одноклассника, приду в школу и поговорю с учителем.
- B. Выслушаю ребенка, помогу найти выход из создавшейся ситуации, но вмешаюсь только в случае, если он не сможет решить проблему самостоятельно.
- C. Вмешиваться не буду, ребенок должен учиться сам преодолевать трудности и находить выход из проблемных ситуаций.

6. Каким образом происходит выбор дополнительного образования для ребенка?

- A. Выбираю те кружки и секции, которые, по моему мнению, пригодятся ребенку в жизни, ему рано решать это самостоятельно.
- B. Ребенок сам выбрал те занятия, которые ему нравятся, но их систематическое посещение я контролирую.
- C. Честно говоря, я даже не знаю, на какие именно дополнительные занятия ходит ребенок.

7. Есть ли у вашего ребенка домашние обязанности?

- A. Считаю, что выполнение домашних заданий и хорошая учеба – основная обязанность ребенка, остальное – забота родителей.
- B. Да, конечно, их не так много, они ребенку посильны, и их выполнение обязательно.
- C. Свои дела и порядок ребенок контролирует сам, и если у него в комнате не убрано или мятая форма – это полностью его ответственность.

8. Как происходит пробуждение ребенка по утрам?

- A. Вовремя поднять ребенка и проследить, чтобы он не опоздал, – это моя ответственность, будильник он может и не услышать.
- B. Слежу, чтобы с вечера он завел будильник, но контролирую, чтобы он не проспал и не опоздал в школу.
- C. Ребенок должен сам контролировать время своего пробуждения, и если он несколько раз проспит и опоздает в школу, то это будет ему уроком.

9. Как вы относитесь к мечтам ребенка о том, кем он станет, когда вырастет?

- A. Мечты мечтами, а престижную профессию мы ему уже выбрали. Что он может сам решить в этом возрасте?
- B. Постараюсь дать ребенку полную картину мира профессий и их востребованности, а выбирать позволю самостоятельно.
- C. Мало ли, о чем он сейчас мечтает, вот школу закончит, там пусть и решает.

10. *Как можно охарактеризовать стиль вашего семейного воспитания?*

- A. Устанавливаем строгие правила и полностью контролируем ребенка, пока еще он не может сам разобраться, что «хорошо», а что «плохо».
- B. Устанавливаем правила, но объясняем, для чего они нужны и что будет, если их не соблюдать. Постепенно ослабляем контроль, если видим, что ребенок усвоил правило.
- C. Позволяем ребенку делать то, что он хочет, ведь только опытным путем он научится самостоятельности.

Контроль	Право выбора	Аргументация	Стиль воспитания

Контроль: строгий / разумный / бесконтрольность

Право выбора: есть / отсутствует / невмешательство

Аргументация: необходима / отсутствует

Стиль воспитания: авторитарный / демократический / либеральный

- *Преобладание ответов А:* вы контролируете ребенка во всем, подавляя его самостоятельность.
- *Преобладание ответов В:* у вас разумный контроль, стремление донести до ребенка свои аргументы. Хорошая тактика развития самостоятельности.
- *Преобладание ответов С:* похоже, вы слишком либеральны в своей политике воспитания, многое пускаете на самотек. Не всегда ребенок сможет извлечь хорошие уроки из собственного опыта.

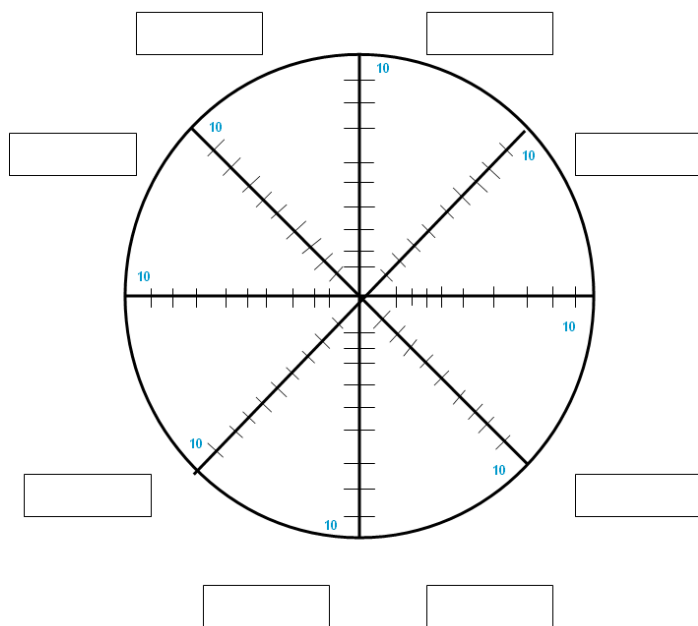
10 мин.

Задание 3. Воспитание самостоятельности у детей старшего возраста

Участники делятся на группы, каждая из которых получает подготовленные таблицы с заданием. Правый столбец таблицы не заполнен. Таблицы отражают 2 этапа поведения старшеклассника. Родителям необходимо предложить свои варианты реагирования на типичные проявления самостоятельности старшеклассника. Выступления представителей групп с результатами выполнения задания позволяют составить расширенный список возможных действий и реакций родителей.

Листы формата А4, ручки, карандаши

	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="252 98 743 129">Типичные проявления</th> <th data-bbox="743 98 1230 129">Что делать</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="2" data-bbox="252 129 1230 192" style="text-align: center;">9-10 классы</td> </tr> <tr> <td colspan="2" data-bbox="252 192 1230 224" style="text-align: center;">«Пробую быть самостоятельным, хотя не очень умею»</td> </tr> <tr> <td data-bbox="252 224 743 645"> <ol style="list-style-type: none"> 1. Есть свое мнение, не всегда верное. 2. Считает именно свое мнение истинно верным. 3. Не считается с мнением родителей. 4. Поступает как хочет. 5. Есть стремление попробовать все, что делают взрослые и некоторые его сверстники (гулять допоздна и т.д.). 6. Считает, что он все может и с ним ничего не может случиться (не заботится о безопасности). </td> <td data-bbox="743 224 1230 645"> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аргументировать запреты. 2. Обсуждать возможные последствия поступков ребенка: «испортишь свое здоровье, подведут ненадежные приятели, с тобой может случиться плохое и др.». 3. Считаться с мнением подростка (иначе он не научится считаться с вашим). 4. Не считать свою позицию на 100% правильной. 5. Поддерживать ребенка, хвалить (возможно, даже не совсем заслуженно, для повышения уверенности в себе). 6. Не ругать его друзей или тех, с кем он встречается (бесполезно, вызовет только отрицание и негатив). 7. В беседе анализировать вместе с ребенком, почему он расстался или поссорился с тем или иным другом/приятелем. 8. В спорах пытаться договориться. </td> </tr> <tr> <td colspan="2" data-bbox="252 725 1230 788" style="text-align: center;">10-11 классы</td> </tr> <tr> <td colspan="2" data-bbox="252 788 1230 819" style="text-align: center;">«Проявляю самостоятельность»</td> </tr> <tr> <td data-bbox="252 819 743 1205"> <ol style="list-style-type: none"> 1. Начинают осознавать свои реальные возможности. 2. Прислушиваются к мнению родителей. 3. Сами просят советов. 4. Пытаются сами договориться. 5. Воспринимают какие-то черты, качества родителей как пример для подражания. 6. Действуют самостоятельно. 7. Переносят самостоятельность из семьи на профессиональную деятельность (учеба, работа). </td> <td data-bbox="743 819 1230 1205"> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поддержать подростка в его начинаниях. 2. Завышать оценку его успехов (для мотивирования его к действию, еще большим успехам). 3. Минимизировать контроль. 4. Быть внимательным к просьбам, самостоятельным решениям. 5. Предоставить ему право брать на себя ответственность за свои поступки, за свою жизнь. </td> </tr> </tbody> </table>	Типичные проявления	Что делать	9-10 классы		«Пробую быть самостоятельным, хотя не очень умею»		<ol style="list-style-type: none"> 1. Есть свое мнение, не всегда верное. 2. Считает именно свое мнение истинно верным. 3. Не считается с мнением родителей. 4. Поступает как хочет. 5. Есть стремление попробовать все, что делают взрослые и некоторые его сверстники (гулять допоздна и т.д.). 6. Считает, что он все может и с ним ничего не может случиться (не заботится о безопасности). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Аргументировать запреты. 2. Обсуждать возможные последствия поступков ребенка: «испортишь свое здоровье, подведут ненадежные приятели, с тобой может случиться плохое и др.». 3. Считаться с мнением подростка (иначе он не научится считаться с вашим). 4. Не считать свою позицию на 100% правильной. 5. Поддерживать ребенка, хвалить (возможно, даже не совсем заслуженно, для повышения уверенности в себе). 6. Не ругать его друзей или тех, с кем он встречается (бесполезно, вызовет только отрицание и негатив). 7. В беседе анализировать вместе с ребенком, почему он расстался или поссорился с тем или иным другом/приятелем. 8. В спорах пытаться договориться. 	10-11 классы		«Проявляю самостоятельность»		<ol style="list-style-type: none"> 1. Начинают осознавать свои реальные возможности. 2. Прислушиваются к мнению родителей. 3. Сами просят советов. 4. Пытаются сами договориться. 5. Воспринимают какие-то черты, качества родителей как пример для подражания. 6. Действуют самостоятельно. 7. Переносят самостоятельность из семьи на профессиональную деятельность (учеба, работа). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Поддержать подростка в его начинаниях. 2. Завышать оценку его успехов (для мотивирования его к действию, еще большим успехам). 3. Минимизировать контроль. 4. Быть внимательным к просьбам, самостоятельным решениям. 5. Предоставить ему право брать на себя ответственность за свои поступки, за свою жизнь. 	
Типичные проявления	Что делать															
9-10 классы																
«Пробую быть самостоятельным, хотя не очень умею»																
<ol style="list-style-type: none"> 1. Есть свое мнение, не всегда верное. 2. Считает именно свое мнение истинно верным. 3. Не считается с мнением родителей. 4. Поступает как хочет. 5. Есть стремление попробовать все, что делают взрослые и некоторые его сверстники (гулять допоздна и т.д.). 6. Считает, что он все может и с ним ничего не может случиться (не заботится о безопасности). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Аргументировать запреты. 2. Обсуждать возможные последствия поступков ребенка: «испортишь свое здоровье, подведут ненадежные приятели, с тобой может случиться плохое и др.». 3. Считаться с мнением подростка (иначе он не научится считаться с вашим). 4. Не считать свою позицию на 100% правильной. 5. Поддерживать ребенка, хвалить (возможно, даже не совсем заслуженно, для повышения уверенности в себе). 6. Не ругать его друзей или тех, с кем он встречается (бесполезно, вызовет только отрицание и негатив). 7. В беседе анализировать вместе с ребенком, почему он расстался или поссорился с тем или иным другом/приятелем. 8. В спорах пытаться договориться. 															
10-11 классы																
«Проявляю самостоятельность»																
<ol style="list-style-type: none"> 1. Начинают осознавать свои реальные возможности. 2. Прислушиваются к мнению родителей. 3. Сами просят советов. 4. Пытаются сами договориться. 5. Воспринимают какие-то черты, качества родителей как пример для подражания. 6. Действуют самостоятельно. 7. Переносят самостоятельность из семьи на профессиональную деятельность (учеба, работа). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Поддержать подростка в его начинаниях. 2. Завышать оценку его успехов (для мотивирования его к действию, еще большим успехам). 3. Минимизировать контроль. 4. Быть внимательным к просьбам, самостоятельным решениям. 5. Предоставить ему право брать на себя ответственность за свои поступки, за свою жизнь. 															
5 мин.	<p>Делаем вместе с детьми (творческая работа в группах)</p> <p>В следующем задании родителям предлагается определить способы организации совместной с детьми деятельности. Выпуск стенгазеты поможет развить навыки рефлексии и целеполагания детей и взрослых, эмоциональный интеллект и т. д.</p> <p>Каждая группа создает стенгазету, обозначая каждую эмоцию своим значком.</p> <p>Задание 4. Семейная стенгазета – общее для детей и родителей пространство для выражения эмоций, постановки целей</p> <p>❖ Проявляем эмоции. Отличным упражнением для анализа своих чувств является дневник настроения. Обозначайте различными знаками свое настроение (цветными стикерами, смайликами, картинками: солнце, деревья, тучи, дождь и др., можно придумать свои знаки). Предложите ребенку делать это вместе с вами.</p> <p>❖ Записываем в стенгазете цели: на день, неделю, месяц. Вместе обсуждаем цели, намечаем пути их достижения, анализируем, если что-либо не получилось.</p> <p>Следующее задание «Колесо баланса», также выполняемое в группах, помогает развитию у детей навыков планирования и анализа. Педагог показывает образец.</p>	Листы ватмана, цветные фломастеры														



Задание 5. «Колесо баланса» (работа в группах)

Начертите на бумаге круг. Разделите его на несколько секторов, каждый из которых – на 10 делений. Эти сектора – сферы жизни. Их можно выбрать самостоятельно: учеба в школе, общение с людьми, саморазвитие, хобби и др. Предложите ребенку закрасить столько делений, сколько времени и сил ему удавалось уделять той или иной сфере. Каждую можно оценить от 1 до 10.

Проанализируйте результаты.

1. У какой сферы самый высокий показатель? Самый низкий?
2. Чему не получилось уделить столько внимания, сколько хотелось?
3. Устраивают ребенка такие показатели, или хочется что-то изменить в следующем учебном году?

Колесо баланса используется как для планирования года, так и для анализа результатов: что получилось лучше / хуже.

Важно понять, почему результаты именно такие.

3 мин.

Данное мини-задание имеет целью развить умение родителей задавать «правильные» вопросы ребенку.

Родителям предлагается проанализировать вопросы и дополнить самостоятельно этот список.

Беседа

Беседа – эффективный способ научить человека рефлексировать.

Ничто не развивает навык самоанализа лучше, чем разговоры о чувствах, эмоциях и поступках.

Заведите привычку обсуждать с ребенком прошедший день, планы и цели, пережитый опыт.

В помощь придут следующие вопросы.

- Что было для тебя самым интересным сегодня?
- Какие неприятности ты пережил?
- Что было самым легким и самым трудным в твоей работе сегодня?
- Чему ты научился за сегодняшний день, какие уроки извлек из его событий?
- Чем бы тебе хотелось заняться завтра?

Дополните этот список своими вопросами.

Не стесняйтесь и сами делиться с ребенком ответами на эти вопросы.

	Это не только пример для подражания, но в первую очередь путь доверительного общения.	
2 мин.	В завершение занятия проводится рефлексия . <ul style="list-style-type: none"> • Понравились ли вам упражнения? • В чем ценность каждого из них? • Какие были трудности при выполнении упражнений? • Какое из них вы взяли на заметку и непременно реализуете дома? 	
	Вопрос номер 1 – как стать для детей советниками и проводниками в их подготовке к взрослой жизни. <i>М. Кенинг</i>	

Занятие 3.2

Көркем мінез – баға жетпес байлық

Эмоциональный интеллект – основа успешной личности

Цель: развитие у родителей эмоциональной компетентности, навыков самосознания, саморегуляции, эмпатии и регуляции отношений.

Задачи:

- 1) сформировать интерес к развитию эмоционального интеллекта;
- 2) дать понятие о структурных компонентах эмоционального интеллекта (*самосознание, эмпатия, саморегуляция, регуляция отношений*);
- 3) развивать способность понимать собственные эмоции и настроение других людей;
- 4) развивать навыки регулирования своих эмоциональных состояний, контроля их внешних проявлений, позитивного общения.

Национальные ценности и качества личности: открытость, позитивный взгляд на жизнь.

План

I. Вводная часть. Эмоциональный настрой

II. Основная часть

1. Работа в малых группах
2. Упражнения на отработку навыков самосознания, саморегуляции, эмпатии, регуляции отношений
3. Решение конфликтной ситуации

III. Заключение. Рефлексия

Ожидаемые результаты

По завершении занятия родители:

будут владеть эмоциональной грамотностью;

научатся применять инструменты эмоционального интеллекта;

смогут выстраивать позитивное общение с использованием «Я – высказываний»;

смогут применять алгоритмы и продуктивные способы поведения в кризисных ситуациях.

Продолжительность занятия – 60 мин.

Хронометраж	Содержание	Ресурсы
3 мин.	<i>Эмоциональный настрой</i> Здравствуйте, уважаемые родители! Я рад(а) приветствовать вас на нашем занятии. Психорисунок «Нарисуй за минуту». Предлагаю за 1 минуту нарисовать на стикере свои эмоции, не изображая ничего конкретного, только линии, формы, различные цвета. Затем передать свой рисунок соседу справа. Рассмотреть внимательно	Стикеры, ручки, карандаши

полученный рисунок и попробовать угадать, какие эмоции на нем изображены. Смогли ли вы угадать эмоции друг друга? Что было сложно: определить свою эмоцию или угадать настроение другого человека?

Комментарий. Это упражнение дает возможность в определении трудностей в своих и чужих эмоциях.

Сегодня мы поговорим о развитии *эмоционального интеллекта*.

2 мин.

История вопроса. Очевидно, что обладатель высокого эмоционального интеллекта (ЭИ, англ. Emotional Intelligence, EI) быстро осваивается на любом рабочем месте, заслуживает уважения коллег, является лидером в команде. Такого человека трудно разозлить, вывести из себя, спровоцировать на скандал. Он способен погасить любую агрессию, разрешить конфликтную ситуацию без применения силы. В 1990 году Питер Саловей и Джон Майер стали авторами статьи, вышедшей под заголовком Emotional Intelligence. В работе впервые был применен термин, изучаемый в этом выпуске, а также выражено мнение относительно данной способности и ее особенностей. Через 5 лет известный журналист New York Times Дэниел Гоулман издал книгу под аналогичным названием, которая стала бестселлером и дала новый толчок исследованиям. Если не научиться управлять своими эмоциями, а эмоциональный интеллект именно это и подразумевает, будешь испытывать стресс, апатию, агрессию, депрессию. С помощью переключения внимания можно избежать многих негативных моментов: конфликтов, бессмысленных споров, излишних переживаний, разрушающих психологическое здоровье человека.

Понимание своих переживаний снижает уровень тревоги и повышает качество жизни. Умение различать чувства и совладать с ними способствуют повышению уверенности в себе и возможности оставаться верным собственным этическим установкам и моральным принципам, которые являются фундаментом и опорой в жизни каждого.

Работа в малых группах. Объединение в группы

8 мин.

Приглашаю 4-х человек, мы вручим им название основных эмоций: «Страх», «Гнев», «Грусть», «Радость».


Предлагаю всем взять со стола листочки с названиями эмоций и определить к какой группе они относятся.

Прошу объединиться в группы по названиям, занять столы. По предложенной таблице проверить, верно ли вы определили свою группу.

Основные эмоции	Оттенки и интенсивность
Страх	неуверенность, тревога, беспокойство, робость, растерянность, испуг, недоверие, оцепенение, паника, ужас;
Гнев	раздражение, досада, негодование, зависть, возмущение, неприязнь, ревность, презрение, злость, ненависть, ярость;

Карточки с названиями эмоций

	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="264 96 501 244"><i>Грусть</i></td> <td data-bbox="513 96 1203 244">душевная боль, беспомощность, тоска, жалость, сожаление, безнадежность, уныние, разочарование, скорбь, отчаяние, безысходность;</td> </tr> <tr> <td data-bbox="264 244 501 360"><i>Радость</i></td> <td data-bbox="513 244 1203 360">умиротворение, надежда, вдохновение, увлечение, любопытство, забота, принятие, любовь, счастье, восхищение, восторг.</td> </tr> </table>	<i>Грусть</i>	душевная боль, беспомощность, тоска, жалость, сожаление, безнадежность, уныние, разочарование, скорбь, отчаяние, безысходность;	<i>Радость</i>	умиротворение, надежда, вдохновение, увлечение, любопытство, забота, принятие, любовь, счастье, восхищение, восторг.	
<i>Грусть</i>	душевная боль, беспомощность, тоска, жалость, сожаление, безнадежность, уныние, разочарование, скорбь, отчаяние, безысходность;					
<i>Радость</i>	умиротворение, надежда, вдохновение, увлечение, любопытство, забота, принятие, любовь, счастье, восхищение, восторг.					
5 мин.	<p><i>Комментарий.</i> Это упражнение позволяет активизировать словарный запас, акцентировать внимание участников занятий на разделении эмоций по группам. Таблица поможет в ходе занятий при выполнении заданий. Вербализация эмоций позволяет «поднять» бессознательные процессы на уровень сознания, именно поэтому мы получаем возможность их исследовать, находить причинно-следственные связи и трансформировать.</p> <p>Упражнение «Установки про эмоции»</p> <p>Это упражнение позволяет проанализировать, какие у вас существуют установки на эмоции? Для этого вспомните, что рассказывали про эмоции ваши родители, учителя или другие значимые люди, какую литературу вы читали, какие помните пословицы, поговорки и крылатые выражения на эту тему? После этого необходимо все выписать и проанализировать, как эти установки и убеждения влияют на ваше поведение и/или эмоциональное состояние? Хотели бы вы изменить какие-то из них?</p> <p><i>Примеры установок:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мужчина не должен так себя чувствовать, это не по-мужски (например, грустить). 2. Женщина не должна себя так чувствовать, это не женственно (например, злость). 1. Я не должен (-на) так себя чувствовать, потому что я сама виноват (-а) в этой ситуации. 2. Я не должен (-на) так себя чувствовать, потому что другим бывает хуже. <p><i>Комментарий.</i> Под каждой установкой, мыслью скрыт личный опыт, который позволил этим убеждениям сформироваться. Например, злость –признак того, что ты такой же абьюзер как твой отец, страх –что тебе не хватает смелости и мужественности, грусть и слезы –признак слабости.</p> <p>Эти установки не защищают нас, а наоборот заставляют страдать еще больше, когда наши непрожитые эмоции и чувства выливаются в тревожность, депрессию, панические атаки, физиологические проблемы со здоровьем.</p> <p>Осознать и прожить любую эмоцию – важно, поэтому если вы обнаружили несколько убеждений, которые частенько появляются у вас, то для начала стоит разобраться с тем, как и почему они сформировались. Тогда появится возможность «переучить» себя верить в эти установки и перестать повторять их как мантру каждый раз, «защищая» себя от «опасной» эмоции.</p> <p>Национальные особенности проявления эмоций у разных народов</p> <p>Менталитет наследников кочевых народов тесно связан с такими чертами характера, как контактность, склонность к диалогу,</p>	Чистые листы для каждой группы				

<p>5 мин.</p>	<p>открытость, толерантность (терпимость), демократизм, плюрализм, свободолюбие, искренность, сострадательность, самокритичность, уважение к старшим (носителям традиции), неприязнительность на оригинальность, простота и многое другое. Как отмечал Л. Н. Гумилев: «Тесные контакты с казахами, татарами, узбеками показали, что дружить с этими народами просто. Надо лишь быть с ними искренне доброжелательными и уважать своеобразие их обычаев. Ведь сами они свой стиль поведения никому не навязывают. Однако любая попытка обмануть их доверие ведет к разрыву отношений. Они ощущают хитрость как бы чужьём». Постоянная потребность в контактах, беседе, получении и передаче вестей объясняет особенное, лелейное отношение казахов к гостю, попутчику, собеседнику. «Гость – подарок Бога», – гласит народная мудрость. Они пристально следили за новостями «ұзынқұлақ», награждали за хорошие вести «сүйінші». Верность национальной идее народ, по своей сути терпеливый, стойкий, философствующий, но с яростной бунтарским духом, пронес через все испытания истории.</p> <p>https://articlekz.com/article/5320</p> <p><i>Минутка информации</i> Что же такое эмоциональный интеллект?</p> <p>Эмоциональный интеллект – это умение распознавать свои и чужие эмоции, управлять ими. Если IQ измеряет интеллектуальные, логические и аналитические способности человека, то EQ – его личные и социальные навыки.</p> <p>Эмоционально интеллектуальные люди имеют 4 инструмента:</p> <p>самосознание; управление эмоциями; социальная чуткость; управление отношениями.</p> <p>Эти 4 компонента помогают нам легко ориентироваться в сложных эмоциональных ситуациях, лучше их понимать. Знание того, что означают эти компоненты и как они работают, поможет вам принимать более правильные решения в жизни, потому что у вас будет более полная картина ситуации.</p>  <p>The diagram is a 2x2 grid with arrows connecting the quadrants. Top-left: САМОСОЗНАНИЕ (Self-awareness) with sub-points: эмоциональное самосознание, точная самооценка. Top-right: СОЦИАЛЬНАЯ ЧУТКОСТЬ (Social awareness) with sub-points: сопереживание, деловая осведомленность, предупредительность. Bottom-left: САМОКОНТРОЛЬ (Self-control) with sub-points: уверенность в себе, обуздание эмоций, открытость, адаптивность, воля к победе, инициативность. Bottom-right: УПРАВЛЕНИЕ ОТНОШЕНИЯМИ (Relationship management) with sub-points: воодушевление, влияние, помощь в самосовершенствовании, содействие изменениям, урегулирование конфликтов, командная работа и сотрудничество. Arrows: Red arrow from top-left to top-right; Blue arrow from top-right to bottom-right; Green arrow from bottom-left to bottom-right; Red arrow from bottom-left to top-left.</p>	
<p>10 мин.</p>	<p>Выполнение упражнений в каждой группе по отдельному компоненту эмоционального интеллекта</p> <p>Изучите задание для каждой группы. После просмотра видео</p>	<p>Группам раздаются задания</p>

выполните его.

Просмотр видео: <https://www.youtube.com/watch?v=7ZojIKW5dLU>

1 группа «Самосознание»

Дневник чувств

Первая колонка «Ситуация»

Здесь вы будете описывать обстоятельства, ситуацию, а может мысли и слова (и свои и чужие). Чем подробнее вы заполните, тем лучше.

Вторая колонка «Эмоции»

В этой колонке вы будете описывать эмоции, которые вы испытали. Опишите свои чувства и ощущения подробно, употребляя выражения, какие вы привыкли.

Третья колонка «Мысли»

Теперь вы будете описывать мысли, которые пронеслись у вас в голове во время ситуации. Здесь нет правильного или неправильного описания мыслей.

Четвертая колонка «Реакции моего тела»

Здесь опишите, как тело отреагировало на ситуацию, эмоцию, мысли.

Заполните дневник чувств от лица матери.

Дата	Краткое описание ситуации	Мои эмоции	Мои мысли по отношению к этой ситуации	Реакции моего тела

В паре поделитесь своими записями.

В группе обсудите.

Что было сложно?

Когда этот инструмент может помочь?

Какова польза данного инструмента?

2 группа «Самоконтроль»

Упражнение «Я – высказывание»

Научитесь говорить на языке эмоций. Используйте «Я – высказывание», фразу, состоящую из трех частей:

«Я чувствую..., потому что.... Я хотел бы....»

1. Точное название своего чувства:

я чувствую (раздражение, беспомощность, горечь, боль, недоумение и т. д.);

я не знаю, как реагировать;

у меня возникла проблема.

2. Название причин: потому что...; в связи с тем, что...

3. Высказывание пожелания, варианта событий: я хотел бы

Здесь высказываются любые желания, возможно мечты, т. е. то, о чем бы вы хотели попросить этого человека. Например: «И я хочу тебя попросить, чтобы ты говорил спокойным тоном о том, что тебя волнует».

	<p>Составьте «Я – высказывание» от лица отца девочки.</p> <p><i>Пример №1</i> Мама пришла с работы, увидела, что посуда не помыта и с порога стала кричать на дочь: «Как мне все надоело! Ты лентяйка!» Дочь злится, уходит в свою комнату. Приходит чувство несправедливости, гнев, стыд, вина, обида – хаос чувств в них невозможно разобраться. Пытается учить уроки, но не может сосредоточиться, почему-то начинают болеть живот, голова. Она идет с этим к маме. Мама начинает спрашивать, что болит, о чувствах ни слова. Так закрепляется модель поведения – мир в отношениях восстанавливается, если заболеть.</p> <p><i>Пример №2</i> Мама, понимая, чем она раздражена, говорит, придя с работы: «У меня был трудный день, я очень разозлилась на одну ситуацию на работе, очень устала. Я просто возмущена, что посуда не вымыта, хотя мы с тобой договаривались! Мне бы очень хотелось, чтобы до ужина кухня была приведена в порядок».</p>	
	<p><i>3 группа «Социальная чуткость»</i> <i>Упражнение «Позитивные намерения»</i> В общении с людьми реагируйте не на действия и слова, а на намерения и причины, которые за ними кроются. Любую реакцию и поведение можно разложить на 3 составляющих: <i>Намерение</i>– смысл, истинная причина. Человек может осознавать или не осознавать своего намерения, но оно всегда будет позитивным. <i>Действие</i>– то, как человек реализует причину. Бывает позитивным и конструктивным или негативным и разрушительным. <i>Значение</i>– то, какой смысл вы придаете действию. Оно бывает позитивным или негативным. Например, вы задали коллеге вопрос, а он не ответил. Вспомните несколько конфликтных ситуаций и попробуйте разложить их по этой формуле. Найдите позитивные намерения в значениях и действиях.</p>	
	<p><i>4 группа «Управление отношениями»</i> <i>Упражнение ИИП (Изменить – Избежать – Принять)</i> Выполняется письменно. Каждый участник описывает типичную для себя стрессовую ситуацию в подпункте «сценарий». Затем он размышляет и записывает, как он может изменить эту ситуацию, избежать ее или принять. После этого выбирается лучший вариант. <i>Сценарий:</i> изменить: (как вы можете убрать источник стресса?); избежать: (как вы можете отдалиться от источника стресса?); принять: (как вы можете жить со стрессом?); сопротивляться путем...; изменить себя и/или свое восприятие путем... <i>Наилучший вариант</i> Не отмечайте никакие идеи! Чем больше вариантов вы напишите, тем лучше. Итогом упражнения будет выступать выбор нового сценария.</p>	

<p>7 мин.</p> <p>2 мин.</p>	<p><i>Выступления групп</i> Обсуждение результатов и шеринг обязательны.</p> <p>Как быстро снять эмоциональное напряжение? «Квадрат». Сделать 10 глубоких вдохов и 10 медленных выдохов (вариант – квадрат дыхания: 4 счета вдох, на 4 счета пауза, 4 счета выдох, на 4 счета пауза).</p> 											
<p>15 мин.</p>	<p><i>Задание для всех групп</i> Каждой группе будет предложена ситуация. Используя алгоритм, предложите разрешение конфликтной ситуации.</p> <table border="1" data-bbox="268 1518 1204 1818"> <thead> <tr> <th>Шаг</th> <th>Что делать</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Распознавание эмоции</td> <td>Какие эмоции испытываете вы, а какие – люди?</td> </tr> <tr> <td>Использование эмоции</td> <td>Какие эмоции наиболее эффективны?</td> </tr> <tr> <td>Понимание эмоций</td> <td>В чем причина эмоций?</td> </tr> <tr> <td>Действие (управление) эмоциями</td> <td>Как управлять эмоцией?</td> </tr> </tbody> </table> <p><i>Ситуация 1</i> Вам позвонили близкие друзья, которые хотят заглянуть к вам на часок. Вы лихорадочно начинаете убирать в квартире, что-то готовить, но явно не успеваете. Обращаетесь к своему взрослому сыну или дочери за помощью. В ответ: «Это твои друзья, вот ты с ними и разбирайся». Как вы поступите в такой ситуации?</p>	Шаг	Что делать	Распознавание эмоции	Какие эмоции испытываете вы, а какие – люди?	Использование эмоции	Какие эмоции наиболее эффективны?	Понимание эмоций	В чем причина эмоций?	Действие (управление) эмоциями	Как управлять эмоцией?	<p>Шаблоны таблиц</p> <p>Группам раздаются шаблоны таблиц</p>
Шаг	Что делать											
Распознавание эмоции	Какие эмоции испытываете вы, а какие – люди?											
Использование эмоции	Какие эмоции наиболее эффективны?											
Понимание эмоций	В чем причина эмоций?											
Действие (управление) эмоциями	Как управлять эмоцией?											

	<p>Есть ли другое мнение? Кто считает иначе?</p> <p><i>Ситуация 2</i> После собрания родители приходят домой и в ярости требуют объяснений от ребенка. Они говорят о том, что с такими результатами никуда не возьмут после школы. Ученик спокойно отвечает: «Значит, пойду работать». Как поступить в такой ситуации? Есть ли другое мнение?</p> <p><i>Ситуация 3</i> Родители подарили деньги ребенку с определенной целью. Он их истратил не по назначению, купил то, что ему давно хотелось. Родители были возмущены, в свой адрес ребенок услышал много гневных слов. В конце концов, он хлопнул дверью и ушел из дома. Как поступить в подобном конфликте? Как вы думаете, можно ли поступить по-другому?</p> <p><i>Ситуация 4</i> Мама торопится закончить приготовления к приему гостей. Неожиданно обнаруживается, что в доме нет хлеба. Она просит дочь сходить в магазин. Но у той скоро начало спортивной секции, и она не хочет опаздывать. Мама просит «войти в ее положение», дочка делает тоже самое. Одна настаивает, другая не уступает. Страсти накаляются...</p>	
7 мин.	<p>Просмотр видео <i>«Моя семья – моя гордость!»</i> https://www.youtube.com/watch?v=TUwn_kV9BMk</p> <p>Ведущий: «Давайте напишем письма благодарности членам своих семей». Начните со слов: «Я благодарен(на)...» Можете отправить это сообщение своему сыну или дочери.</p>	
5 мин.	<p><i>Рефлексия. Метод «Облако хештегов»</i> Дополните предложения. ✓ Сегодня я узнал... ✓ Было трудно... ✓ Я понял, что... ✓ Я научился... ✓ Я смог... ✓ Было интересно узнать, что... ✓ Меня удивило...</p>	
3 мин.	<p>Рекомендации для родителей. Творческое задание «Наш герб и девиз» Девиз и герб являются символами, которые предоставляют возможность человеку в предельно лаконичной форме отразить жизненную философию и свое кредо. Это один из способов заставить человека задуматься, сформулировать, описать и представить другим главные стержни своих мировоззренческих позиций. Герб рисуется в произвольной форме, главное, чтобы он отражал разные аспекты Я – образа его владельца. После создания герба прописывается девиз (жизненное кредо) человека. Каждый член семьи представляет свой герб и девиз. Обсуждаются все варианты. Разрабатываются единый герб и девиз семьи.</p>	

Занятие 3.3

Как помочь ребенку найти свое призвание?

Цель: развитие готовности родителей содействовать самореализации ребенка.

Задачи:

- 1) формировать у родителей устойчивую мотивацию к оказанию поддержки своему ребенку в период профессионального самоопределения;
- 2) содействовать формированию у родителей устойчивых представлений о способах и условиях поддержки ребенка в период поиска им своего призвания;
- 3) развивать навыки определения особенностей личности ребенка, его интересов, способностей.

Национальные ценности и качества личности: патриотизм, служение людям, самостоятельность, стойкость ко временным неудачам, трудолюбие, уверенность в себе.

План

1. Форма занятия (беседа, практическое занятие)
2. План занятия
 - 2.1. Цели, задачи занятия
 - 2.2. Общечеловеческие ценности
 - 2.3. Основные направления занятия
 - 2.4. Раскрытие содержания терминов «Призвание» и «Самореализация»
 - 2.5. Творческое задание для родителей. «Мой ребенок – какой он?»
 - 2.6. Выполнение теста «Определение типа личности» интерпретация результатов
 - 2.7. Соотношение типа темперамента и профессиональной направленности
 - 2.8. «Атлас новых профессий и компетенций»
 - 2.9. «Подводные камни» на пути самоопределения старшеклассника. Просмотр видеоролика
 - 2.10. Обсуждение казахских пословиц
 - 2.11. Памятка для родителей (раздаточный материал)
 - 2.12. Рекомендации сайта для прохождения дополнительных тестов на профессиональное самоопределение (дополнительный материал)
 - 2.13. Краткий обзор книг (9 книг), посвященных выбору предназначения (дополнительный материал)
 - 2.14. Тренинг «Технология превращения мечты в цель» (дополнительный материал)
 - 2.15. Дифференциально-диагностический опросник (ДДО), (дополнительный материал)
 - 2.16. Тест на определение типа человека (дополнительный материал)

Ожидаемые результаты:

По завершении занятия слушатели:
смогут уменьшить родительские трудности при выборе подростком профессии;
определят склонности и интересы подростка;
улучшат взаимоотношения с подростками.

Продолжительность занятия – 60 мин.

Хронометраж	Содержание	Ресурсы
1 мин.	<p style="text-align: center;">Как помочь ребенку найти свое призвание?</p> <p>Занятие поможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • уменьшить родительские трудности при выборе подростком профессии; • определить природные склонности и качества личности подростка; • улучшить взаимоотношения между родителями и детьми. 	Слайды 1, 2
1 мин.	О чем мы будем говорить на занятии?	Слайд 3

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Призвание – основа самореализации 2. Ключ к самореализации – раскрытие особенностей темперамента, способностей, качеств характера 3. Как помочь ребенку в определении предпочтительных видов профессиональной деятельности? 4. «Подводные камни» на пути самоопределения старшеклассника 5. Профессиональное самоопределение – основа счастья и жизненного успеха 	
5 мин.	<p><i>Упражнение «Послушный ребенок»</i> Объединить присутствующих на занятии родителей в две группы. Предложить им обсудить и рассказать о личных ситуациях профессионального выбора, с которым они встретились в годы юности.</p> <p><i>1 группа</i> защищает родителей. «Я получил профессию по совету родителей и не жалею об этом».</p> <p><i>2 группа</i> сожалеет о сделанном выборе профессии по совету родителей. «Профессию получил, работаю, но каждый рабочий день для меня – мучение».</p> <p><i>Время на обсуждение в группе 5 мин.</i> <i>Время на выступление спикера от каждой группы 2 мин.</i></p> <p>Как вы думаете, почему совет родителей в первом случае оказался правильным и полезным, а во втором – сломал жизнь?</p>	<p>Слайд 4</p> <p>Слайд 5</p>
2 мин.	<p>Әсемпаз болма әр неге, Өнерпаз болсаң, арқалан. Сен де –бір кірпіш, дүниеге Кетігін тап та, бар қалан! Ты в чем-то талантлив, гордись! Надежным кирпичиком В строящуюся стену ложись.</p> <p style="text-align: right;"><i>Абай</i></p> <p>Какой смысл вкладывал Абай в слова «строящаяся стена»? (<i>Ответы слушателей</i>)</p>	Слайд 6
1 мин.	<p>Призвание (от латинского «vocatio» – призыв, вызов) – это внутреннее влечение к какому-нибудь делу, профессии (при обладании нужными для того способностями).</p>	Слайд 7
1 мин.	<p><i>Самореализация</i> (от рус. <i>само-</i> и лат. <i>realis</i> – вещественный, действительный) – реализация потенциала личности, осуществление своего человеческого назначения, призвания.</p>	Слайд 8
4 мин.	<p><i>Творческое задание для родителей «Мой ребенок – какой он?»</i> На листе бумаги сделайте три столбца. Первый столбец озаглавьте «Темперамент», второй столбец – «Способности», третий – «Качества характера». Подумайте и запишите характеристики своего ребенка в</p>	Слайд 9

	соответствующие столбцы.	
7 мин.	<p>Тест «Определение типа личности»</p> <p>1. <i>Выберите наиболее близкое утверждение:</i> E – ваш ребенок открытый и разговорчивый, легко сходится с новыми людьми. I – ваш ребенок нетороплив, сдержан в общении, насторожен к новым людям.</p> <p>2. <i>Выберите наиболее близкое утверждение:</i> S – ваш ребенок реалист и прагматик. Старое и проверенное предпочитает новому. N – ваш ребенок склонен доверять своей интуиции. Новое предпочитает старому.</p> <p>3. <i>Выберите наиболее близкое утверждение:</i> T – ваш ребенок ставит логику выше чувств, судит о людях независимо от симпатий к ним. F – ваш ребенок склонен идти на компромиссы в делах ради гармоничных отношений. Доверяет своим чувствам.</p> <p>4. <i>Выберите наиболее близкое утверждение:</i> J – ваш ребенок последователен в работе, решения принимает осознанно и не любит их менять. P – ваш ребенок может гибко приспосабливать к условиям свои решения. Не терпит формализма.</p> <p><i>Интерпретация результатов теста</i></p> <p>1. Реалист, администратор, руководитель (ESTJ: экстраверт, сенсорик, логик, рационал). Очень работоспособный, социально-адаптированный тип, всегда чувствует необходимость доводить начатое дело до завершения. Планирует деятельность, практически относится к окружающим вещам. Склонен проявлять любовь и заботу о близких, любит веселье, шумные компании. Добродушен, но резковат, может быть вспыльчивым и упертым. Видит мир таким, какой он есть, переводит свои восприятия на объективный язык. Испытывает необходимость в том, чтобы навязывать свои оценки окружающим, устанавливая твердый порядок действий, который опирается на определенную программу. Управлять порядком где-либо – самое естественное занятие для него (бухгалтер, пилот).</p> <p>2. Командир, предприниматель (ENTJ: экстраверт, интуит, логик, рационал). Способен четко выделять собственные возможности и способности, легко вдохновляется и начинает новые дела, увлекается динамичными видами спорта, которые дарят экстремальные ощущения. Чувствует новые тенденции, идет на риск, полагаясь на интуицию. С уверенностью использует в работе новые технологии, глубоко анализирует себя и окружающий мир. Склонен к позитивному мышлению и близкому общению с людьми. Имеет потребность в контроле и необычные способности к лидерству. Он открыт миру, навстречу бесчисленным возможностям. Для него жизнь раскрывается в борьбе, споре, схлестывании с окружающими во имя познания (юрист, предприниматель, бизнес-аналитик и ученый).</p>	Слайд 10

3. Организатор, инспектор (ISTJ: интроверт, сенсорик, логик, рационал). Любит порядок и строгость, глубоко вникает в работу, анализируя информацию с разных сторон. Отличается педантичностью. Реально смотрит на вещи, берется за дело, если точно знает, что сможет его завершить. Вызывает доверие, но предпочитает короткие деловые контакты с другими людьми. Имеет чувство ответственности. Его поведение ориентировано на конечный результат. Объективная, конкретная информация внимательно анализируется. Все, что он видит, есть объективная и осязаемая реальность, в которой он наводит определенный порядок. (Врач, юрист, полицейский, военный).
4. Увещатель, наставник (ENFJ: экстраверт, интуит, этик, рационал). Очень эмоциональная личность, склонен к эмпатии и проявлению широкого спектра эмоций. Обладает выразительной мимикой и красноречием. Способен предчувствовать разные события и готовиться к ним заранее. Улавливает несоответствия в словах и эмоциях других людей. Часто не уверен в любви партнера, склонен к ревности. Его внимание сосредоточено на окружающих людях, и он прекрасно понимает и чувствует их. Обладает богатым воображением, организован, поэтому легко претворяет свои фантазии в жизнь. Имеет способность к интуитивному пониманию ситуации при внимательном и заботливом отношении к позиции всех участников. (Учитель, консультант)
5. Учитель, воспитатель, энтузиаст (ESFJ: экстраверт, сенсорик, этик, рационал). Способен влиять на людей с помощью эмоционального давления, при этом хорошо ладит с ними, может поднять настроение, склонен жертвовать собственными интересами ради другого человека и проявлять любовь и заботу о близких. В работе всего добивается самостоятельно, любит, когда другие люди подчеркивают его достоинства. Благодаря решительности в характере легко устанавливает контакты с другими людьми. Его субъективная чувствительность привносит гармонию в любую ситуацию, одновременно пытаясь упорядочить ее, направить ход событий по определенному руслу; и делает это мягко, но настойчиво. (Продавец, обслуживание клиентов, уход за больными, обучение и консультирование.)
6. Аналитик, провидец, вдохновитель (INTJ: интроверт, интуит, логик, рационал). Умеет отличать главное от второстепенного, не любит пустых разговоров, склонен к четкому практичному мышлению. В работе этот тип любит использовать необычные идеи, при этом демонстрируя свою независимость. Использует интуицию там, где не знает точных ответов. Не любит шумных компаний, ощущает трудности в налаживании отношений с другими людьми. Его богатый внутренний мир хранит в себе безграничные возможности, которые реализуются в виде стремления все улучшить и усовершенствовать. Слова, планы, проекты,

идеи, люди – всё ему хочется сделать лучше, чем есть в действительности. Стремится к законченности. (Инженерия и IT-технологии.)

7. Вдохновитель, консультант, советчик, гуманист (INFJ: интроверт, интуит, этик, рационал). Тонко чувствует характер отношений между людьми, придает большое значение доверию, не прощает измен. Умеет выявлять скрытые способности других, наделен талантом воспитателя. Увлекается самообразованием, люди часто обращаются к нему за советом. Очень раним, тяжело переносит агрессию и недостаток любви. Его движущая сила – интуиция, направленная вовнутрь, – дает ему неиссякаемый поток идей и возможностей. И чем большую роль играет в INFJ интроверсия, тем более текучей, податливой и открытой кажется жизнь. Но внешний мир изменяет направление этого потока вдохновенной творческой активности: он чувствует призвание служить людям и осуществляет это весьма организованно и упорядоченно. (Художник, учитель и советник.)
8. Исполнитель, хранитель, защитник (ISFJ: интроверт, сенсорик, этик, рационал). Распознает наигранность и фальшь в отношениях, делит людей на своих – чужих, придерживается психологической дистанции. Верен своим принципам и взглядам на жизнь. Умеет постоять за себя и своих близких, не переносит морального превосходства других людей. Способен глубоко анализировать себя и других. Очень аккуратный, добродушный, приверженец порядка и в высшей степени исполнительный и заботливый, он черпает силы в самом себе и в том, что видит, слышит, чувствует, осязает и пробует. Силы эти направлены на служение окружающим, при этом вся его деятельность четко рассчитана и распланирована. Видит свое предназначение в том, чтобы помогать другим и делать их счастливее. (Воспитатель, учитель, медицинская сестра)
9. Изобретатель, искатель, мечтатель (ENTP: экстраверт, интуит, логик, иррационал). У этого типа людей очень широкий спектр интересов. Он умеет приспосабливаться к новым условиям и легко переходит к новым методам работы. Является генератором идей, не любит традиции и рутину. У него очень хорошее логическое мышление и фантазия, поэтому всегда выступает новатором в каком-либо деле. Его изобретательность постоянно ищет применения в самых различных профессиональных и непрофессиональных сферах. Она берет начало в предрасположенности к интуиции, открывающей перед ним безграничные возможности, в сочетании с его объективной способностью к принятию решений. Это приводит к тому, что все преобразуется в идеи и схемы. Его больше привлекают новые идеи, он находится в непрерывном напряжении деятельности. (Юрист, продавец, политик и учитель).
10. Непоседа, маршал, реалист (ESTP: экстраверт, сенсорик, логик, иррационал). Склонен применять физическую силу с

целью достигнуть победы любой ценой. Препятствия только усиливают его желание выиграть. Любит руководить и совершенно не выносит подчинения. Анализируя ситуацию, любит составлять конкретный план действий, четко следуя ему. Его внимание направлено на людей и мир объектов. Сбор информации происходит при помощи пяти органов чувств. В дальнейшем информация оценивается и анализируется объективно, но при этом остаются подвижными и доступными для новых альтернатив. Способны дать быстрый, точный, практически ценный, объективный и ясно выраженный ответ в любой ситуации. (Бизнес-профессионал, руководитель маркетинга, аналитик, предприниматель).

11. Медиатор, чемпион (ENFP: экстраверт, интуит, этик, иррационал). Способен тонко чувствовать других людей, обладает развитой фантазией. Любит творческую работу, не переносит однообразие и рутину. Общителен, любит давать дельные советы в сфере взаимодействия с людьми. Сочетание предрасположенности к экстраверсии, интуиции, чувствительности и восприимчивости дает ему уникальную способность к эффективному сотрудничеству, участию в разнообразных проектах и умению противостоять трудностям. Воспринимает жизнь в разнообразии ее возможностей и истолковывает эти возможности с точки зрения влияния на людей. Все это сопровождается активным взаимодействием с окружающим миром, а любознательная позиция позволяет ему ориентироваться в постоянной смене ситуаций. (Продажи, образование, писательство, консультирование и актерское мастерство.)
12. Аниматор, политик, деятель (ESFP: экстраверт, сенсорик, этик, иррационал). Хорошо разбирается в людях и имеет склонность к манипуляции ими. Предпочитает руководить более слабыми, четко определяя их уязвимые места. Любит держать дистанцию, в общении скорее руководствуется собственными интересами. В глазах других пытается выглядеть незаурядной оригинальной личностью, но часто таковым не является. Для них достаточно надежно только то, что имеет отношение к «здесь и теперь». Живет в основном сегодняшним днем. Больше начинает дел, чем заканчивает. Сосредоточенность на немедленных результатах делает его нетерпимым к разного рода процедурам, шаблонам и прочим препятствиям. Старается использовать каждую минуту для того, чтобы вступить в полезную беседу. Стремится к гармонии человеческих взаимоотношений. (Продажи, преподавание, отлично ладят с детьми.)
13. Архитектор, критик, аналитик (INTP: интроверт, интуит, логик, иррационал). Этот тип – эрудит с философским складом ума. Осторожен, принимает решение только с уверенностью в его правильности, анализируя прошлое в его связи с будущим. Не любит бурных проявлений эмоций, ценит уют и комфорт. Задумчивость побуждает его

исследовать все, что поставляет интуиция. Его стремление к объективности требует тщательного анализа всей информации, а непредвзятость и подвижность обеспечивает восприимчивость к неожиданным и новым фактам, какими бы они ни были. Такая комбинация предрасположений приводит к постановке парадоксальной цели: он пытается собрать в единое целое постоянно увеличивающееся количество данных. Однако постоянный приток новых сообщений и фактов этому препятствует. И в результате все мысли, идеи и планы, как бы окончательно они ни были сформулированы, в последний момент неизбежно меняются, лишь только «новые данные» о внешних или внутренних влияниях становятся доступными для исследователя. Поэтому он находится в постоянном напряжении. (Инженер, ученый, специалист по стратегическому планированию).

14. Мастер, умелец (ISTP: интроверт, сенсорик, логик, иррационал). Ощущения являются для него главным источником познания мира. Проявляет эмпатию, тонко чувствует и любит других людей, отвергает искусственность и фальшь. Отличается техническим складом ума, любит работать руками, при этом всегда укладываясь в нужные сроки. Сосредоточен на себе, склонен к объективности в принятии решений, расположен выжидать, анализировать ситуацию, нежели сразу предлагать свое решение и бросаться в бой. Взгляд на мир предельно конкретный, но в сочетании со свойственной ему открытостью это может приводить к более непредсказуемым поступкам, чем этого можно было бы ожидать. (Звукорежиссер, механик, криминалист).
15. Созерцатель, лирик, целитель (INFP: интроверт, интуит, этик, иррационал). Мечтательная и лирическая личность, умеет интуитивно прогнозировать события, хорошо разбирается в людях, любит и «чувствует» их. Обладает хорошим чувством юмора, вызывает расположение других людей. Большое значение этот тип придает внешнему виду. Не умеет экономить, а во время работы любит долго отдыхать. Стремление к самопознанию, самоопределению и согласию с самим собой. Благодаря качествам интроверта, его размышления направлены на самого себя, свойства интуитивистов обеспечивает чувством бесконечных возможностей, заключенных в человеке. Чувствительность заставляет задуматься о том, как использовать эти возможности к своей собственной пользе и на благо окружающих, а качества воспринимающего позволяют сохранять восприимчивость к постоянному потоку новой информации. (Преподавание и религия).
16. Придумщик, композитор (ISFP: интроверт, сенсорик, этик, иррационал). Умеет наслаждаться обычной жизнью, спокойно переносит однообразие и рутину. Легко уживается с людьми, уважая их личное пространство, при этом требуя от них такого же отношения. Любит шутить, развлекать, избегает конфликтных ситуаций. Часто является

помощником, любит ощущать себя нужным и значимым в глазах других людей. Нежные и заботливые, открытые и подвижные, задумчивые и сдержанные, практичные и приземленные. Это люди, которым не хочется руководить и воздействовать на других, которые не стремятся переделать мир и даже до конца понять его, а принимают таким, каков он есть. (Потребность в самовыражении через искусство: рисование, живопись, скульптура или музыка)

7 мин.

Характеристики типов темперамента

Круг Айзенка

<p>обидчивый тревожный неподатливый впечатлительный пессимистический необщительный сдержанный</p> <p>МЕЛАНХОЛИК</p>	<p>раздражительный поддающийся настроению агрессивный импульсивный оптимистический лидирующий активный</p> <p>ХОЛЕРИК</p>
<p>пассивный старательный вдумчивый миролюбивый направленный надёжный размеренный спокойный</p> <p>ФЛЕГМАТИК</p>	<p>общительный открытый разговорчивый доступный живой беззаботный любящий удобства инициативный</p> <p>САНГВИНИК</p>

Слайд 11

4 мин.

Как тип темперамента влияет на профессиональную предрасположенность?

Сангвиник обладает социальными компетенциями. Его сильная сторона – способность сосредоточиться на себе и заинтриговать собеседника. Он отлично справляется с работой, где важно устанавливать и поддерживать контакты. *(Психолог, директор предприятия, менеджер среднего или высшего звена, учитель, организатор мероприятий)*

Меланхолик скрупулезен и способен видеть детали. Другими его сильными сторонами являются пунктуальность и регулярность. Он демонстрирует аналитический подход к сложным проблемам. Идеально подходит для профессий, требующих точности – он может быть, например, бухгалтером.

Холерик является целеустремленным и прекрасно организованным сотрудником. Он не боится трудностей, принимает быстрые решения и делает практические выводы. Он очень хорош на руководящих должностях, особенно когда у него есть черты сангвинических личностей. *(Репортер, журналист, дипломат, хирург, предприниматель, режиссер, следователь, геолог и артист)*

Флегматик компетентен и на него можно положиться. Он обладает административными навыками и не поддается давлению. Он также аккуратно работает, когда выполняет рутинные задачи. Человек с флегматичной личностью – отличный кандидат на должность посредника. *(Врач-терапевт,*

Слайд 12

	<i>главный бухгалтер, научный работник, экономист)</i>	
7 мин	<p><i>Инсценирование ситуации</i></p> <p>Трое из присутствующих на занятии играют роли сына и двух его друзей или подруг.</p> <p>Зрители высказывают свои мнения о возможных вариантах решения ситуации</p> <p><i>Ситуация</i></p> <p>Родители настойчиво уговаривают своего сына поступить в престижный вуз. В этом вузе у родителей есть влиятельные друзья среди руководства. Проблема в том, что сын хочет поступать совсем в другой вуз, на другую специальность. К сожалению, сын не блещет учебными достижениями и шансов поступить самостоятельно у него немного.</p> <p><i>Аргументы «ЗА» предложение родителей</i></p> <p>Многие так поступают.</p> <p>Лучше с родителями не ссориться.</p> <p>Друзья осуждать не будут, они тоже используют знакомства или взятки.</p> <p>В вузе есть военная кафедра, в армию идти не нужно будет.</p> <p>С такими знаниями без помощи не обойтись.</p> <p><i>Аргументы «ПРОТИВ» предложения родителей</i></p> <p>Сыну не нравится эта профессия.</p> <p>Может быть нужно «поднажать» на учебу в оставшееся время?</p> <p>Сын уже взрослый, пусть без помощи родителей решает свою дальнейшую судьбу.</p> <p>Вдруг в дальнейшей жизни этот факт биографии сына станет кому-то известен?</p> <p>А если и в вузе сын не будет с учебой справляться? Платить? Просить?</p> <p><i>Обсуждение</i></p>	Слайд 13
4 мин.	<p>Выбор профессии – определяющий фактор дальнейшей жизни. По данным Министерства науки и высшего образования РК, 87% школьников выбирают профессию под влиянием родителей или учителей. При этом 75% родителей признаются, что не знают, какую профессию хотели бы выбрать их собственные дети.</p> <p>Ситуация осложняется и тем, что 90% школьников и родителей не представляют, какие профессии наиболее востребованы на рынке труда.</p> <p>В 2019 г. в Казахстане создали Атлас новых профессий и компетенций, где спрогнозировали, какие специальности будут актуальными через 5–10 лет. https://www.enbek.kz/atlas</p> <p>Ситуация на рынке труда быстро меняется, и очень важно знать актуальные специальности в ближайшее время. В нем содержится информация по 463 профессиям и 9 отраслям: горно-металлургический комплекс, нефтегазовая промышленность, IT-технологии, сельское хозяйство, транспорт и логистика, машиностроение, энергетика, туризм и строительство.</p> <p>Методология прогнозирования основана на международном опыте и с учетом шести основных мировых трендов, оказывающих наибольшее влияние на изменения в отрасли и экономике. Это внедрение роботов и умных систем,</p>	Слайд 14

	<p>расширение сфер применения цифровизации и больших данных, истощение природных запасов сырья, ужесточение экологических норм, проявление новых трудовых требований у работников поколений Y и Z, изменение потребительских предпочтений населения.</p> <p>После того как вы, уважаемые родители, определились с темпераментом и качествами личности ребенка, определили область его предпочтений в профессиональной деятельности, можно обратиться к атласу, скачать журнал соответствующей отрасли и подобрать специальность, которая подходит вашему ребенку и будет востребована в ближайшие 5-10 лет.</p>	
2 мин.	Список востребованных в Казахстане профессий	Слайд 15
7 мин.	<p>О «подводных камнях» на пути самоопределения старшеклассника вам расскажет в своем видеоролике Марина Романенко – практикующий психолог, сертифицированный международный коуч (ICF), эксперт в сфере воспитания, образования детей и личностных взаимоотношений, автор и ведущая Школы профессиональных родителей.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=51WrG0xtPiI</p>	Слайд 16
3 мин.	<p>Можно сказать, что полностью счастлив тот человек, который живет с любимым человеком и занимается любимым делом. То есть любимая работа – это половина счастья. И поиски призвания – это поиски половины счастья. Человек, увлеченный чем-то, позитивней видит себя и мир, нежели тот, у кого увлечения нет. Увлеченный человек чувствует себя счастливым от самореализации своих способностей. А не самая ли большая радость для папы и мамы – видеть своего ребенка счастливым. Мы находим подтверждение этому в народной мудрости в пословицах.</p> <p>Жан кинал май жұмыс бітпес, талапқыл май мұратқа жетпес. Дело, сделанное без души, не будет идеальным.</p> <p>Көңіл сіз бастаған іс көпке бармайды. От любимой работы усталости нет.</p> <p>Сен істі сүйсең, іссаған бас иеді. Если дело любишь, дело покоряется тебе.</p> <p><i>Обсуждение содержания пословиц</i> <i>Вопросы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Почему в пословицах народ объединяет, казалось бы, несочетаемые понятия: труд, душа, любовь? 2. Содержание какой пословицы вам понятнее и ближе? 	Слайд 17
3 мин.	<p>Памятка родителям</p> <p>Тренер может добавлять свои предложения из списка.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Дайте ребенку право выбора будущей профессии. • Обсуждайте вместе с ним возможные «за» и «против» выбранной им профессии. • Рассматривайте выбор будущей профессии не только с позиции материальной выгоды, но и с позиции морального удовлетворения. 	Слайд 18

	<ul style="list-style-type: none"> • Учитывайте при выборе будущей профессии личностные качества своего ребенка. • Если возникают разногласия с выбором профессии, используйте возможность посоветоваться со специалистами. • Не давите на ребенка в выборе профессии, иначе это может обернуться стойкими конфликтами. • Поддерживайте ребенка, чтобы мечта его сбылась. • Если ваш ребенок ошибся в выборе, не ругайте, ошибку можно исправить. • Если ваш ребенок увлекся какой-то профессией, поддержите этот интерес с помощью литературы, занятий в кружках, консультаций со специалистами. • Помните, что дети перенимают отношение к работе у своих родителей. 	
1 мин.	<p>Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии» создан в 1996 г. на базе факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. Научный руководитель – доктор психологических наук, профессор А. Г. Шмелев.</p> <p>Определиться с профессиональным будущим помогут тесты на профориентацию, составленные квалифицированными специалистами согласно действенным методологическим принципам. На странице этого сайта https://proforientator.ru/tests/ вы найдете самые разные бесплатные тесты на профессию. А также платные сервисы, которые включают расширенную диагностику и консультацию психолога-эксперта для индивидуального подбора профессий и учебных организаций.</p> <p>Предлагается пройти тест для родителей во время занятия «Битест для родителей».</p> <p>Получить результаты: https://proforientator.ru/profline/test/bf6efe998697d3af05bec2e93202a2db</p> <p>В качестве домашнего задания родителям предлагается дать своему ребенку ссылку на прохождение «Битеста для детей». https://proforientator.ru/profline/test/e79b0f78687316c17d66ff3979f5c21c</p> <p>Потом можно сравнить результаты. Вероятно, это будет полезным для определения того, насколько хорошо вы знаете своего ребенка, его интересы, предпочтения и может быть скрытые опасения.</p> <p>Может быть вас или вашего ребенка заинтересуют и другие тесты. Пройдите их и возможно результаты этого тестирования помогут сделать Вам более правильный выбор. Если считаете возможным, поделитесь на следующем занятии своими результатами с другими слушателями вашей группы.</p>	Слайд 19
	<p><i>Рекомендуем книги для тех, кто ищет свое призвание.</i> (Дополнительный материал, можно распечатать и дать родителям как раздатку)</p> <p>1. <i>Роберт Стивен Каплан. «Ваше предназначение. Практическое руководство для тех, кто хочет реализовать свой потенциал»</i> <i>Об авторе.</i> Роберт Стивен Каплан – профессор практики</p>	Слайд 20

менеджмента Гарвардского университета.



Зачем читать? Можно сколько угодно штудировать мотивирующие статьи и инструкции о том, как найти своё предназначение, но, увы, лишь на словах это все не работает. Эта книга как раз и учит тому, как можно на практике найти и реализовать свой потенциал.

О чем эта книга в двух словах. Мануал Каплана поможет найти свою страсть, увлечение всей жизни, а тем самым найти и свой собственный путь в этом мире. Если вы пока не знаете, кто вы, какими ключевыми навыками обладаете и чего на самом деле хотите добиться, то начать можно с данной книги. Нелишним будет еще раз прочесть, что стоит хотя бы время от времени (а лучше регулярно) задавать себя ряд вопросов и не пускать жизнь на самотек. В конце концов, ваша жизнь – это только ваша ответственность. Прочитав книгу, вы еще раз убедитесь, что вы – хозяин своей жизни, которому вполне под силу реализовать свой потенциал. Очень вдохновляет!

2. **Кен Робинсон.** *«Найти свое призвание. Как открыть свои истинные таланты и наполнить жизнь смыслом»*



Об авторе. Кен Робинсон – специалист в области развития человеческого капитала.

Зачем читать? Робинсон научит жить с ощущением, что вы занимаетесь тем, для чего были рождены.

О чем эта книга в двух словах. Она позволяет понять, к чему у вас есть способности, как их успешно реализовать и чем стоит заниматься в жизни – причем независимо от того, сколько вам лет. Изобилие советов, техник и идей, как найти свое призвание, делает книгу очень практичной и нужной. Если делать все упражнения, предложенные автором, то к концу вы лучше разберетесь в себе и, возможно, даже найдете смысл своей жизни. Кстати, на русский язык переведена еще одна книга Кена Робинсона – «Призвание».

Аудиокнига:

<https://www.youtube.com/watch?v=GI4v1zC9nYc>

3. **Эль Луна.** *«Между надо и хочу. Найди свой путь и следуй ему»*



Об авторе. Художник, дизайнер, а с недавних пор и писатель. Однажды написав статью, Эль Луна получила шквал откликов в духе «эта статья изменила мою жизнь». Её книга – это более подробное изложение теории «между надо и хочу».

Зачем читать? Если вы пока не очень задумываетесь о своем предназначении и своей роли в этом мире, то эта книга вдохновит вас на то, чтобы искать свое призвание.

О чем эта книга в двух словах. Как говорит сама Эль Луна, она написала книгу «для тех, кто хочет найти истинное призвание и смелость для того, чтобы идти по собственному пути». «Между надо и хочу» – это личный опыт автора и ее знакомых, в которой Эль обращает внимание на вопросы, которые регулярно задавала себе, чтобы обрести свой путь. У вас могут быть другие вопросы и другие ответы, но в любом случае есть шансы, что после прочтения вы услышите внутренний голос.

4. Грег Маккеон. «Эссенциализм»



Об авторе. Писатель и бизнес-тренер (преподавал во всех топовых компаниях, начиная от Google и заканчивая Facebook).

Зачем читать? Это настольная книга для тех, кто застрял в ленте инстаграма и принимает стремления блогеров за свои. «Эссенциализм» – это пособие, как вернуть себе управление своей жизнью и

найти себя.

О чем эта книга в двух словах. Ее слоган – «Путь к простоте». Книга учит концентрироваться на выполнении по-настоящему важных задач, позволит отбросить ненужное и делать то, что на самом деле имеет значение. В современном мире каждый сталкивается с огромным потоком информации, и среди информационного шума становится сложно понять, где заканчивается личность человека и начинается общество, а большинство проживает чужие жизни. И здесь книга Маккеона может помочь, так сказать, отделить зёрна от плевел.

5. Барбара Шер. «О чем мечтать. Как понять, чего хочешь на самом деле, и как этого добиться»



Зачем читать? Сложно обойти вниманием Барбару Шер, говоря о предназначении. Это настоящий гуру нашего времени, знает все о мотивации, вдохновении и призвании, популяризатор сканеров (это те, кто постоянно меняет интересы, им многое

удается, но складывается ощущение, что они не достигли ничего). Для вдохновения можно прочесть и другие книги Шер. Например, «Мечтать не вредно. Как получить то, что действительно хочешь» (всё понятно из названия), «Давно пора!» (пошаговый план из 10 уроков о том, как найти свое призвание). Все книги автора прекрасно оформлены, содержат множество техник, инфографики, что позволяет еще лучше понять идеи Шер. Из недостатков – основные идеи Шер кочуют из книги в книгу и даже в рамках одной автор любит повторять свои мысли. Впрочем, возможно, это и достоинство: к концу книги мысли Шер прочно оседают у вас в голове.

О чем эта книга в двух словах. Барбара Шер поможет вам понять, чего вы хотите в этой жизни, что сделает вас действительно счастливым и даже позволит найти свой

путь. По крайней мере, книги Шер уже помогли миллиону людей во всем мире найти себя.

6. Рафаэлла Джордано. *«Твоя вторая жизнь, или шанс все изменить»*

Об авторе. Рафаэлла Джордано не только писатель, но и креативный коуч.

Зачем читать? Никогда не поздно изменить свою жизнь. И книга ещё раз это подтверждает. Кстати, во Франции она невероятно популярна. К тому же не так часто на полках можно встретить роман о личностном росте.

О чем в двух словах. Это не совсем привычная нам pop-fiction книга. В то же время художественной её тоже вряд ли назовешь. «Твоя вторая жизнь» – это некий микс из увлекательной истории преобразования главной героини и психологического тренинга. Путь к новой жизни для героини



Камиллы начинается с того, что она знакомится со специалистом по рутинологии (должно быть, очень интересная специализация). Благодаря данной науке Камилла проделывает большую работу над собой, и предложенный учёным метод позволяет ей начать жизнь заново. Если вы страдаете рутинитом (синдромы: снижение мотивации, постоянная хандра, потеря ориентиров и смысла жизни, невозможность быть счастливым, разочарование, хроническая усталость), эта книга для вас. Она содержит много практических моментов, которые можно легко опробовать в жизни и в эффективности, которых вы сразу убедитесь.

А вы уже читали какие-то книги из данного обзора? Расскажите нам, знаете ли вы свою «миссию» в этом мире, чем хотите заниматься на протяжении всей жизни и что вам помогло понять это. Если вы только в поиске своего пути, мы будем рады узнать, если какая-то из этих книг поможет вам в этом!

7. Викулина Н. *«Призвание: Как найти себя во взрослой жизни»*

<https://www.marwin.kz/detskaya-i-podrostkovaya-psihologiya/vikulina-n-prizvanie-kak-1408402-1408402.html>

Об авторе. По образованию психолог (Томский государственный университет), по основной профессии – технический писатель в сфере IT. Достаточно долго целенаправленно изучала вопрос выбора профессии и поиска призвания, в результате чего и написала книгу.

Цитата: «Главное в жизни – заниматься тем, что приносит удовольствие и радость, и никогда не идти на компромиссы. Только так получается делать что-то стоящее. И только так получится найти себя. Принимая себя такими, какие мы есть, мы лишаемся шанса стать теми, кем должны, кем можем быть. И если вы еще не нашли свое призвание – ищите. И не мешайте искать свое призвание вашим детям. И пусть эта книга будет вам и им в помощь!»



О чем книга? О том, что такое призвание, действительно ли так

	<p>важно его найти, как понять, что выбранное дело и есть ваше призвание. Автор размышляет о роли семьи и учителей в успешном поиске призвания, мотивации и страхах, вдохновении и ценностях, которые вы встретите на пути к призванию.</p> <p><i>Почему книга достойна прочтения?</i> Книга лаконична, здесь все ясно, коротко и по делу. В основу книги легли разговоры автора с людьми самых разных профессий, которые нашли свое призвание. И самое главное - она поможет вам найти призвание, а оно принесет массу бонусов: удовольствие от выполнения любимого дела, удовлетворение, радость, счастье, повышенную работоспособность и чувство уверенности в себе.</p> <p>Может быть кто-то из присутствующих может поделиться мнением о какой-то другой книге, которые он прочел, и книга помогла ему найти ответы на насущные вопросы. На следующем занятии мы можем уделить этому какое-то время.</p>	
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Занятие 3.4

Құмарлыққа бой алдыру – тәуелділік құрдымы Зоны рисков в развитии старшекласников

Цель: формирование способности родителей обеспечить безопасное развитие своего ребенка, осуществлять профилактику рисков зависимого поведения.

Задачи:

- 1) формировать стремление родителей к активным действиям в обеспечении безопасности своего ребенка;
- 2) расширить и углубить представления родителей о потенциальных рисках в развитии ребенка, признаках зависимого поведения и мерах его профилактики;
- 3) развивать навыки профилактики и преодоления зависимого поведения ребенка.

Национальные ценности и качества личности: уважение к старшим, благоразумие, позитивная воля, самоуправление, ответственность, креативность, взаимоуважение, честность, решительность.

План

I. *Вводная часть.* Актуальность обращения к теме.

II. *Основная часть*

1. Виды зависимости (пищевая, алкогольная, наркотическая, химическая, вейпы, лудомания и др.)
2. Признаки наличия зависимости у старшего школьника
3. Сынықтан өзгенің бәрі жұғады. Меры профилактики зависимого поведения
4. Взаимодействие семьи и школы по профилактике зависимости

III. *Заключение.* Рефлексия

Ожидаемые результаты

По завершении занятия слушатели:

знают о ресурсах семьи, помогающих воспитанию у старшекласников успешного и ответственного поведения;

освоят меры профилактики и противодействия зависимости;

смогут обеспечить условия для совершенствования профилактики, правонарушений и употребления психоактивных веществ.


Оборудование: мультимедийное оборудование, презентация, расставленные полукругом стулья.


Ресурсы: листы бумаги А4, ручки, ножницы, фломастеры


Форма проведения: тренинг.

Продолжительность занятия – 60 мин.

Хро- номет-	Содержание	Ресурсы
----------------	------------	---------

раж		
5 мин.	<p>Отсканируйте QR-код</p>  <p>Актуальная часть</p> <p>Прежде чем смотреть на жизнь подростков со стороны, с позиции взрослого, необходимо понять, что происходит в это время с самими подростками: почему их так тянет на риск?</p> <p>С психологической точки зрения, подростки пытаются определить свое место в мире взрослых: им становится важно доказать себе и другим, что они и правда уже не дети, что могут сами принимать решения и отвечать за свои поступки. В это время они больше узнают о себе и о сверстниках, проверяют свои способности, ставят под сомнение установки, привитые родителями, формируют собственное отношение к разным аспектам взрослой жизни, и ради всего этого они часто идут на риск.</p> <p>Очевидно, чаще всего подросток рискует сам, по собственному выбору: ради положительных эмоций и снятия стресса, для получения адреналина, в надежде на новый опыт, новые отношения, неудачу или по другим причинам. При этом чаще всего подростки связывают риск с вредным для здоровья поведением и страхом потери контроля.</p> <p>Чтобы снизить риски, нужно действовать сразу во всех направлениях: разговаривать, объяснять, менять среду, консультироваться со специалистами, ограничивать, поощрять, мотивировать, направлять. Взрослым тоже придется меняться самим: узнавать больше, стремиться быть более компетентными и авторитетными родителями в глазах подростка. А главное — научиться уважать и понимать подростка, поддерживать его, сохранять контакт и доверие.</p> <p>Родителям не стоит бояться начинать разговор о курении, употреблении алкоголя и других наркотических средств до того, как подросток познакомится с ними. Так мы увеличиваем вероятность того, что информация о влиянии вредных привычек на организм поможет ребенку сделать осознанный выбор и сохранить здоровье.</p> <p>Слайд 5. Виды зависимости (пищевая, алкогольная, наркотическая, химическая, вейпы, лудомания и др.)</p> <p>Очень часто употребление психоактивных веществ старшеклассниками является симптомом жизненно-личностного или социального (семейного) неблагополучия. Неправильное питание, гиподинамия, стрессы, потеря смысла жизни – это факторы, которые приводят детей к употреблению алкоголя, табака, наркотиков. Дети выпадают из сферы образования, ведут неправильный образ жизни, совершают правонарушения.</p> <p><i>Просмотр видеосюжета</i></p>	<p>Видеоролик 1 https://www.youtube.com/watch?v=nbmEBs99IIo&t=7s Слайд 4</p> <p>Слайды 5, 6</p>

	<p>Наглядный пример, к чему приводит активная зависимость, употребление психоактивных веществ.</p> <p>Зависимость – аддиктивное поведение, связанное с желанием ребенка уйти из реальной жизни путем изменения состояния своего сознания.</p> <p>Слайд 6. Уход из реальности связан со следующими типами зависимостей.</p> <p>Химические. К этой форме относится употребление любых химических веществ, оказывающих влияние на психику. Среди таких веществ алкоголь, наркотики, табак, кальян, нюхательные и курительные смеси, некоторые виды лекарств и ядов.</p> <p>Нехимические. Здесь различные отклонения в поведении, приводящие к разрушению психики подростка. К нехимической форме зависимости относится огромное количество видов отклонений, наиболее популярные из них – игромания, зависимость от социальных сетей, нарушения сексуального поведения, трудоголизм, пищевые нарушения, экстремальные виды деятельности, мазохизм.</p> <p>Уход от реальности всегда сопровождается сильными эмоциональными переживаниями. Говоря о нехимических аддикциях, эмоции являются движущей силой зависимости: чем сильнее эмоция, тем сильнее зависимость.</p>	
2 мин.	<p>Слайд 7</p> <p>Все виды зависимости (химические и нехимические) имеют три общие характеристики.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Компульсивное использование: непреодолимое стремление, постоянно повторяющиеся и навязчивые действия, эгодистонные (разрушающие эго) мысли (например, голоса в голове, принуждающие аддикта продолжать его зависимое поведение). 2. Потеря контроля: неспособность ограничивать или противостоять внутренним побуждениям; однажды начав, очень трудно прекратить, практически невозможно без посторонней помощи; сила воли зависимости уступает аддиктивной воле, хотя ребенок может остановиться на короткий период, но остановиться совсем не может. 3. Продолжает зависимое поведение, несмотря на вредные последствия: увеличивающееся количество проблем (обремененность долгами, унижение, ухудшение здоровья, рост семейных, финансовых проблем, проблем с законом) не отговаривает аддикта от зависимого поведения. 	Слайд 7
2 мин.	<p>Признаки наличия зависимости у старшего школьника</p> <p>Отсканируйте QR-код.</p>  <p>Слайд 8 Формирование зависимости у старшеклассников происходит в</p>	<p>Слайд 8 Checklist QR-код</p>

	<p>четыре этапа.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Здесь ребенок в первый раз пробует алкоголь, психоактивные вещества, игровые автоматы, компьютерные игры или другие виды зависимости. Это переломный момент: старшекласник допускает нарушение прежних запретов и границ. 2. <i>Удовлетворенность тем, что происходит.</i> Старшекласнику нравится получать удовольствие без приложения каких-либо усилий и ощущать принадлежность к определенной группе людей. 3. <i>Психическая зависимость.</i> На этом этапе при нехимических зависимостях ребенок, выполняя определенные действия, заставляет свой организм вырабатывать все больше и больше дофамина – гормона удовольствия. При химических видах зависимости, действующее вещество заменяет собой естественные нейромедиаторы, постепенно разрушая клетки мозга. 4. <i>Физическая зависимость.</i> При ограничении зависимых действий старшекласник начинает испытывать настоящую физическую ломку. 	
5 мин.	<p><i>Просмотр видеосюжета «Как бороться с пищевой зависимостью?»</i> Отсканируйте QR коды</p>  <p><i>Содержание</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Признаки пищевой зависимости у ребенка 2. Как избавиться от пищевой зависимости с помощью специалистов 3. Как самому справиться с зависимостью от еды <p><i>Слайд 9. Признаки химической зависимости</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Запах алкоголя, табака или иной непривычный запах, исходящий от старшекласника; • расширенные или, наоборот, суженные зрачки, бледность кожных покровов, необычный оттенок кожи; • жалобы на жажду, сердцебиение, повышенную утомляемость, внезапную потливость; • разнообразие и неустойчивость эмоциональных реакций; • употребление специфической лексики (использование жаргонизмов в названиях наркотических веществ, способах их употребления и эффектов от применения); • пропаганда ПАВ среди сверстников. <p><i>Признаки нехимической зависимости</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Изменение пищевого поведения (анорексия, булимия, переедание); • увеличение времени за компьютерными играми, ночное общение в социальных сетях; • яркие вспышки агрессии у ребенка при ограничении его во времени пользования компьютером, приступы гнева в ответ на 	<p>Видеоролик 2 https://youtube.com/clip/Ugkx-W1ZfFHhSDJC M9jPCS7e4nG AHkYNwdHr Видеоролик 3 https://youtube.com/clip/Ugkx6Y XasnCw-f5wDM-5oLuujzz7bLTzyM8H</p> <p>Слайд 9</p>

	запреты пользоваться телефоном, планшетом и техническими средствами.	
	<p>Признаки игровой зависимости у ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> • внезапные изменения в сумме денег, которые есть у ребенка: у него не хватает денег, он занимает или берет деньги у семьи и друзей; • изменения в режиме сна, усталость, низкий уровень энергии, изменения настроения или раздражительность вдали от азартных игр; • падающие отметки в школе; • избегание друзей и общественных мероприятий; • позитивное отношение к азартным играм, нарастающее увлечение сайтами азартных игр в интернете, результатами спортивных событий или ТВ-покером; • акцент на спортивные ставки, а не на сам спорт; • сокрытие увлечения азартными играми или отрицание проблемы. <p>Если возникла проблема, ребенок может сказать, что азартные игры лучше, чем другие вещи, которыми он мог бы заниматься, например: «Зато я не принимаю наркотики, мама».</p>	
10 мин.	<p>Методика «Аддиктивная склонность» (Юсупов В.В., Корзунин В.А.) <i>Тест-опросник «Аддиктивная склонность»</i> <i>Инструкция:</i> поставьте «галочку» напротив выбранного утверждения в случае вашего согласия. После выполнения теста подсчитайте общую сумму баллов.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества — это нормально. 2. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если чего-нибудь сильно захочешь. 3. Человек должен иметь право выпивать, сколько он хочет и где он хочет. 4. Мне бы понравилась работа официантки в ресторане/дегустатора вин. 5. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях. 6. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества. 7. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно». 8. Бывало, что я случайно попадал(а) в неприятную историю или драку после употребления спиртных напитков. 9. Бывали случаи, когда мои дети, другие люди высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпил(а). 10. Когда люди стремятся к новым, необычным ощущениям и переживаниям, это нормально. 11. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты. 12. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся. 13. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимал(а), что сейчас не время и не место. 14. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает. 	Готовый распечатанный опросник

	<p>15. Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни.</p> <p>16. Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.</p> <p>17. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.</p> <p>18. Я бы попробовал(а) какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знал(а), что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.</p> <p>19. Мои друзья рассказывали, что в некоторых ситуациях они испытывали необычные состояния: видели красочные интересные видения, слышали странные необычные звуки и др.</p> <p>20. В последнее время я замечаю, что стал(а) много курить. Это как-то помогает мне, отвлекает от забот и тревог.</p> <p>21. Бывало, что по утрам (после того, как я накануне употреблял(а) алкоголь) у меня дрожали руки, а голова просто раскалывалась.</p> <p>22. Не могу заставить себя бросить курить, хотя знаю, что это вредно.</p> <p>23. Часто в состоянии опьянения я испытывал(а) чувство невесомости, отрешенности от окружающего мира, нереальности происходящего.</p> <p>24. Мне неприятно вспоминать и говорить о ряде случаев, которые были связаны с употреблением алкоголя.</p> <p>25. Мои друзья умеют хорошо расслабиться и получить удовольствие.</p> <p>26. В последнее время, чтобы не «сорваться», я вынужден(а) был(а) принимать успокаивающие препараты.</p> <p>27. Я пытался (пыталась) избавиться от некоторых пагубных привычек.</p> <p>28. Употребляя алкоголь, я часто превышал(а) свою норму.</p> <p>29. Мне нравится состояние, которое возникает, когда немного выпьешь.</p> <p>30. У меня были неприятности в школе в связи с употреблением алкоголя.</p> <p><i>Интерпретация полученных результатов:</i> до 13 баллов – риск зависимого поведения не выражен; от 14 до 16 баллов – умеренно выраженный риск зависимого поведения; от 17 и более баллов– выраженные признаки склонности к зависимому поведению. Теперь обсудите с ребенком, посмотрите на получивший результат. <i>Анализ анкетирования</i></p>	
1 мин.	<p><i>Последствия зависимого поведения у старшеклассников</i></p> <p>Зависимость старшеклассников зачастую приводит к серьезным последствиям, среди которых, например, тенденции к суициду или убийству, психические заболевания или личностная деградация. Важно вовремя разобраться в причинах отклоняющегося поведения, чтобы оказать старшекласснику адекватную помощь. Важно понимать, что зависимое поведение старшеклассников, независимо от типа, приводит к разрушению клеток центральной нервной системы, особенно – головного мозга. Психика тормозит в развитии, возникают серьезные интеллектуальные нарушения,</p>	Слайд 10

	<p>пропадает способность к решению даже самых простых задач. Старшеклассники с аддиктивным поведением отказываются брать на себя какую-либо ответственность, постоянно лгут себе и другим. При химических зависимостях подрывается здоровье в целом, самое страшное – полное отмирание отдельных органов и систем, что не позволяет ребенку вести обычный образ жизни. На последней стадии зависимости ребенок уже не испытывает удовлетворения от предмета удовольствия, а использует его только для того, чтобы избежать ломки.</p>	
5 мин.	<p>Слайд 11. Причины попадания старшеклассников в зону риска <i>К внутренним факторам риска</i> относятся: ощущение ребенком собственной ненужности; низкая самооценка, неуверенность в себе; недостаточный самоконтроль и самодисциплина; незнание и непринятие социальных норм и ценностей; неумение принимать адекватные решения в различных ситуациях; неумение правильно выражать свои чувства, реагировать на свои поступки и поступки других людей. <i>К социальным причинам зависимости</i> относятся семья, школа, компании друзей, группы по интересам. Общество в целом также оказывает влияние на формирование поведения старшеклассников посредством реальных примеров, СМИ, интернета и других источников. <i>К внешним факторам риска</i> относятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • отчуждение детей от семьи, школы и общества; • неблагополучие в семье (в том числе недостаточная забота о ребенке со стороны родителей, конфликты в семье, жестокое обращение с ребенком, отсутствие и неучастие в воспитании ребенка одного или обоих родителей; злоупотребление родителями алкоголя и наркотических средств и др.; • низкий материальный уровень и плохие условия проживания; низкий образовательный и культурный уровень родителей; неправильное отношение и ошибки в воспитании, отрицание самооценности ребенка; • педагогическая запущенность ребенка (плохая успеваемость, отсутствие интереса к учению); • влияние плохой компании, окружения, социума; • продажа алкоголя и сигарет несовершеннолетним лицам; • пропаганда насилия и жестокости через средства массовой информации. <p>Среди всех социальных факторов наибольшее влияние оказывает семья.</p> <p>Слайд 12 <i>Высокий риск формирования зависимости у ребенка в семье:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • с личным примером злоупотребления лекарствами, алкоголем и другими ПАВ родителями; • жестокий контроль дисциплины, который приводит к отсутствию собственной воли у ребенка; • либеральный стиль воспитания, когда ребенку все дозволено, но ему не уделяется внимания и не достается родительской любви, в результате чего он чувствует себя ненужным; • неустойчивое психологическое состояние одного или обоих 	Слайды 11, 12

	<p>родителей, а также непоследовательное воспитание. Ребенок оказывается хорошим, когда у родителей есть настроение, и негодным – при негативном их состоянии, вне зависимости от реального поведения ребенка. Сегодня ребенка хвалят за какой-либо поступок, а завтра – за него же ругают, в результате они не понимают, как нужно себя вести, чтобы семья была им довольна. Старшеклассник не ощущает стабильности, заботы и привязанности, поэтому, попав в неприятную компанию, легко попадает на предложения попробовать ПАВ или совершить проступок.</p> <ul style="list-style-type: none"> • отсутствие теплых, дружеских отношений, взаимопонимания, сочувствия. <p><i>Высокий риск формирования зависимости у ребенка в школе:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • раннее отклоняющееся поведение обучающихся; • академическая неуспеваемость, особенно в старших классах; • конфликтные отношения со сверстниками и педагогами; • специфическими причинами зависимого поведения является употребление ПАВ на территории образовательного учреждения, а также терпимое отношение администрации к употреблению психоактивных веществ (в том числе курению) обучающимися и педагогами. 	
5 мин.	<p><i>Меры профилактики зависимого поведения</i></p> <p>На протяжении многих веков в казахской семье сформировались обычаи и традиции, национальные ценности. Роль отца и старшего поколения в воспитании детей очень велика. Отец является примером того, каким должен быть мужчина. Самые первые уроки воспитания ребенок получает именно в своем шаныраке. Здоровый образ жизни ребенка формируется только в здоровой полноценной семье. В казахской семье папа для ребёнка не просто родной человек, а образец мужчины, символ мужественности, мужского начала. Пример поведения, источник уверенности и авторитета. Олицетворение дисциплины и порядка. Уважение к отцу и старшим всегда было на первом месте у казахского народа. Они всегда советуются с отцом и старшим поколением, прося помочь мудрым словом. Получить благословение отца для молодежи играло очень важную роль. Были и другие ценности, которые способствовали контролю жизненного пути молодежи и требованию от нее здорового, сформированного на основе древних традиций поведения. Издавна казахский народ с уважением и почтением относится к старшим людям, это отражается в следующих пословицах и афоризмах.</p> <p><i>Әкені көріп ұл өсер, апаны көріп қыз өсер. Сын берет пример с отца, дочь – с матери.</i></p> <p><i>Әкесі сусындаған бұлақтан баласы да ішеді. Из родника, из которого пил отец, будет пить и сын.</i></p> <p><i>Ұлды тәрбиелегенің – ұлтты тәрбиелегенің, қызды тәрбиелегенің – ұрпақты тәрбиелегенің. Воспитывая сына, воспитываешь нацию, воспитывая девочку, воспитываешь поколение.</i></p> <p>В семейном воспитании казахский народ всегда учитывал особенности возраста и индивидуальности ребенка. Эту народную мудрость можно увидеть в выражении: «До 5 лет ухаживай за ребенком, как за королем, от 5 до 13 – заставляй работать как можно больше, а с 13 – обращай с ним как с равным и делись опытом».</p>	Слайд 13

	<p>Причина, почему после 13 лет ребенок считается «хозяином, который имеет право выделиться из отцовского дома», а с физиологической точки зрения он не сильно отличается от взрослых, поэтому было необходимо считаться с его мнением и готовить к взрослой жизни.</p> <p>Основными методами и средствами воспитания в казахской семье являлось <i>доброе слово</i>. «Доброе слово – половина дела». Но наряду с добрым словом обязанностью родителей и учителей является формирование в ребенке скромности, вежливости и учтивости. Поэтому, предостерегая ребенка от совершения тех или иных действий, необходимо объяснять причины такого запрета, что позволяет предотвратить повторное совершение такого поступка и заставит его повернуть на путь добрых дел. Таким образом взрослые контролировали жизненный путь молодежи, требуя от нее правильного, сформированного на основе древних традиций поведения.</p> <p>Результат воспитания – это зачастую результат усилий тех или иных лиц, о которых говорят: «У хорошего учителя и принципы хорошие». У кого ты учился? Чему ты научился? Ответами на такие вопросы давали оценку воспитанию ребенка и делали соответствующие выводы.</p> <p>У казахов такие характеристики, как отсутствие учтивости и невежество, были одними из самых негативных выводов, очень сильно влияющих на отношение к ребенку, человеку.</p> <p>Наши предки были заботливыми и нежными родители, а дети – скромными, вежливыми, учтивыми. Родители не только предостерегали ребенка от совершения тех или иных действий, но и обязательно объясняли причины своего запрета. Такой подход позволял ребенку не забывать о нем и не совершать подобного вновь.</p> <p>Цель воспитания в семье, культура ценности состоит в том, чтобы связать временную жизнь нового поколения с вечным благом, общим для всех поколений и восстанавливающим их существенное единство. Это способствует воспитанию у ребенка народной мудрости, уважению традиций культуры нашего народа.</p> <p>Таким образом, в любой ситуации казахская семья оставалась воспитательным институтом, формировавшим из ребенка гражданина своего времени.</p>	
10 мин.	<p><i>Взаимодействие семьи и школы по профилактике зависимости</i> <i>Упражнение для профилактики «Силуэт здорового ребенка»</i></p> <p>Все мы художники своей жизни: у кого-то жизнь сияет всей палитрой красок, а у кого-то черный квадрат. Поэтому только мы сами можем изменить и улучшить свою жизнь и жизнь ребенка. Стать полноценной личностью и вести здоровый образ жизни в наших руках. Прямо сейчас, мы раздадим листы бумаги, и вам нужно будет создать своими руками силуэт ребенка без помощи ножниц, линейки и других подручных средств.</p> <p>Представьте, что это ваше творение – ваш ребенок. Теперь сосредоточьтесь на том, что вам не нравится в вашем творении, начните его «ругать»: «Ты много кушаешь», «Почему не слушаешься?», «Постоянно опаздываешь!», «Мне не нравится, что ты ейчас делаешь!» «Кривой какой-то!», «Косой», «Некрасивый», «Надо быть лучше», «Неправильно», «Надо поступать так!» и т. д. После каждого ругательства заворачивайте край бумаги, начиная</p>	Листы бумаги формата А4, ручки, ножницы

	<p>сверху, и хорошенько «заутюживайте» его ногтем. Как-то так: ругнули – завернули, ругнули – завернули...</p> <p>Когда ругательства будут исчерпаны, остановитесь и посмотрите, что у вас получится в итоге. Интересно, до какого состояния ваш человек докрутится.</p> <p>Если пофантазировать, то, как думаете, на какие действия теперь способен такой скрученный человек? (Деструктивное поведение, академическая неуспеваемость, зависимости от психоактивных веществ) У меня получилось, что на самые тревожные и неэффективные или вообще ни на какие.</p> <p>Но это еще не все. Теперь начинайте хвалить этого человечка, как вы сами себя хвалите, говорить ему поддерживающие слова на каждый отворот бумаги: «У тебя все получится», «Я в тебя верю», «Я тебя очень ждала!», «У тебя аппетит хороший». Похвалили – отвернули, похвалили – отвернули.</p> <p>Понаблюдайте в процессе вот за чем.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Что вам легче было делать: ругать или поддерживать? Когда вы были более находчивы и разнообразны в словах и выражениях? 2) Хватило ли у вас хороших слов, чтобы развернуть силуэт вашего ребенка полностью? 3) Каким в итоге получился силуэт здорового ребенка? Чем он отличается от первоначального состояния (до скручивания)? 4) На какие действия теперь способен ваш человек? <p>Педагог подводит итог беседе и озвучивает вывод.</p>	
5 мин.	<p>Первичная профилактика включает:</p> <ul style="list-style-type: none"> • совершенствование уровня социальной жизни детей; • воспитание позитивно ориентированной личности; • ликвидацию социальных условий, провоцирующих возникновение аутодеструктивных намерений. <p>Вторичная профилактика включает:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выявление факторов риска, провоцирующих наклонности; • разделение категорий профилактического учета по группам, которые отвечают определенным формам аномального (девиантного) поведения; • раннее выявление особ с нервно-психическими патологиями; • коррекционное воздействие выявленных недугов и патологий психики. <p>Этапы оказания помощи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • профилактические программы; • раннее выявление зависимых тенденций у старшеклассников; • психодиагностика; • лечебные мероприятия; • реабилитация. <p>Наиболее эффективным считается <i>этиологическое лечение</i>, направленное на устранение биологических, психологических, социальных, культуральных и патопсихологических причин, вызывающих зависимость.</p>	Слайд 14
7 мин.	<p>Рефлексия. Прием «Слово дня»</p> <p>Подведение итогов</p> <p>В заключении нашего тренинга мы благодарим всех, принявших участие в обсуждении такой актуальной темы.</p> <p>Получили ли вы ответы на интересующие вас вопросы?</p>	Раздаточные карточки <u>roditeljam.pdf (3dn.ru)</u>

	<p>Что полезного вы узнали на тренинге? Выразите одним словом свое отношение к проведенной встрече.</p> <p>Памятка для родителей</p> <p style="text-align: right;"><i>Дети учатся жить у жизни.</i></p> <p>Если ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть. Если ребенок живет во вражде, он учится агрессивности. Если ребенка высмеивают, он становится замкнутым. Если ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины. Если ребенок растет в терпимости, он учится принимать других. Если ребенка подбадривают, он учится верить в себя. Если ребенка хвалят, он учится быть благодарным. Если ребенок растет в честности, он учится быть справедливым. Если ребенок живет в безопасности, он учится верить в людей. Если ребенка поддерживают, он учится ценить себя. Если ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире.</p>	
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Занятие 3.5

Социальные сети и интернет-пространство: безопасное поведение старшеклассников

Цель: развитие готовности родителей к обеспечению безопасности детей в интернете и социальных сетях.

Задачи:

- 1) познакомить с основными интернет-угрозами, понятием *интернет-зависимость* у старшеклассников;
- 2) предоставить практические рекомендации по предотвращению развития интернет-зависимости у старших школьников;
- 3) развивать навыки по обеспечению безопасного поведения старшеклассников в социальных сетях и интернете.

Национальные ценности и качества личности: сотрудничество, родительский долг, уважение, контроль, социальный интеллект; ответственность, креативность, отзывчивость, открытость, готовность сотрудничать.

План

1. Интернет-безопасность старшеклассников
2. Диагностика игровой зависимости у старшеклассников
3. Социальные сети и интернет-зависимое поведение старшеклассников
4. Профилактика интернет-зависимости у старшеклассников
5. Взаимодействие семьи и школы по предотвращению зависимости от социальных сетей и интернет-пространства у старшеклассников

Заключение. Подведение итогов, пожелания

Продолжительность занятия – 60 мин.

Хронометраж	Содержание	Ресурсы
5 мин.	<p><i>Приветствие</i></p> <p>Здравствуйтесь, уважаемые родители!</p> <p>В начале нашего занятия я хотел(а) бы напомнить вам слова великого Абая: <i>«Дитя человеческое не рождается на свет разумным. Только слушая, созерцая, пробуя все на ощупь и на вкус, оно начинает познавать разницу между хорошим и плохим. Чем больше видит и слышит дитя, тем больше узнает».</i></p> <p>Сегодня мы с вами обсудим проблемы, связанные с</p>	Слайды 1–4

интернет-рисками и их предотвращением. Совершенно естественно, что чем меньше мы находимся в сети, тем ниже шансы столкнуться с подобными угрозами.

Но если в отношении себя мы сами способны определить наше виртуальное время, то кто сделает это для наших детей? *(Ответы родителей)*

Рассмотрим сегодня, какие взгляды существуют на ограничение временных рамок, каким образом ограничивать ребенка так, чтобы не разрушить взаимоотношения с ним.

Конечно же, многое зависит от возраста. И раз уж мы говорим о возрастных различиях в связи с интернет-безопасностью, давайте рассмотрим особенности использования сети именно в этих градациях.

Слайд 1. Старшеклассники имеют значительный опыт использования интернет-пространства, они способны критически оценивать информацию, обладают навыками совладания с интернет-угрозами.

Для развития навыков ответственного поведения в интернете старшеклассникам предлагается рассмотреть правовые аспекты использования информации и ресурсов глобальной сети. Теперь о временных ограничениях.

Слайд 2. Старшеклассники тоже нуждаются в контроле ничуть не меньше, чем подростки. Более того, те подростки, которые выросли в семье, где не было контроля, потом говорят, что родители их не любили, относились к ним совершенно безразлично. А если родители контролировали, страховали, следили за здоровьем, безопасностью, дети потом описывают такие семьи как любящие и заботливые.

Особенно родителям становится тревожно, если старшеклассник играет в интернете в азартные игры (лудомания).

Слайд 3. *Лудомания* – заболевание хроническое в том аспекте, что не проходит с течением времени, несмотря на период воздержания. Азартный игрок может начать играть с новой силой и еще большими последствиями. Лудомания прогрессирует, и если не приостановить эту болезнь в развитии, то симптоматика с течением времени усугубляется. Человек, болеющий лудоманией, имеет тенденцию к срывам (возвратам), и в это время зависимость проявляется в наиболее острой форме.

А теперь я бы хотел поговорить с вами о симптомах лудомании.

Слайд 4. Как и любая другая болезнь, лудомания имеет свои симптомы. Конечно, не все они напрямую сигнализируют о наличии зависимости, но наблюдаются практически у всех лудоманов. К ним относятся:

- ✓ потеря контроля и неспособность прогнозировать последствия своего поведения;
- ✓ нарушения внимания, координации движений, провалы в памяти;
- ✓ физические страдания (боли в области сердца, нарушения

	<p>пищеварения);</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ сосредоточенность мыслей и поступков вокруг игры; ✓ игра как единственное средство для улучшения состояния; ✓ проблемы в ближайшем окружении (скандалы в семье, проблемы в учебе, на работе); ✓ чувство вины, угрызение совести; ✓ жалость к себе, эмоциональные качели (депрессии, резко сменяющиеся эйфорией). 	
7 мин.	<p>Уважаемые родители! Как вы все понимаете, сегодняшний старшеклассник не представляет себя без социальных сетей и интернета. Как вы думаете, есть ли причины, которые побуждают его часами сидеть в интернете? <i>(Ответы родителей)</i></p> <p>Тренер объясняет, почему старшеклассники проводят много времени в социальных сетях.</p> <p><i>Слайд 6.</i> Стремление постоянно быть в тренде приводит к тому, что у старшеклассников появляется зависимость; они стремятся выкладывать свои фотографии, видео, делятся мыслями в социальных сетях; имеют возможность найти единомышленников и друзей по интересам; располагают свободным временем, в отличие, к примеру, от вас, родителей: вам, помимо работы, необходимо уделять время семье и домашнему быту.</p> <p>Социальные сети предоставляют возможность открыто и раскованно общаться со сверстниками, что может вызвать затруднение у некоторых старшеклассников в реальной жизни. Современные социальные сети предоставляют доступ к фильмам, музыке, играм и книгам, в них создаются образовательные ресурсы и обучающие курсы. Все это привлекает старшеклассников.</p> <p><i>Вопрос</i></p> <p>Дорогие родители, как вы думаете, в чем же конкретно проявляется зависимость старшеклассников от социальных сетей? <i>(Ответы родителей)</i></p> <p>Тренер обращает внимание слушателей на следующее обстоятельство.</p> <p><i>Слайд 7.</i> Формирование зависимости подчиняется тому, насколько старшеклассник устойчив к воздействию социальных сетей, от психологического состояния личности, от того, насколько пользователь может поддаваться влиянию, и т. д. Это зависит от стадий развития зависимости.</p> <p><i>Первая стадия</i> – рядовой пользователь. На данном этапе старшеклассник проходит регистрацию в сети, т. е. создает аккаунт, ищет друзей и общается.</p> <p><i>Вторая стадия</i> – активный пользователь. На данной стадии человек, помимо общения, добавляет личную информацию, делится ссылками, подписывается на множество сообществ и добавляет друзей не только с целью общения, но и ради количества.</p>	Слайды 6–7

	<p><i>Третья стадия</i> – гиперактивный пользователь. На этом этапе социальная сеть для старшеклассника становится второй реальностью. Здесь грань с реальной жизнью для пользователя может стереться.</p> <p>Вам как родителям необходимо принять меры по профилактике интернет-зависимости у старшеклассников.</p>	
2 мин.	<p><i>Демонстрация социального видеоролика «Интернет-зависимость»</i></p>	Видеоролик
12 мин.	<p><i>Беседа</i></p> <p>А вы знаете, что, согласно опросам, около 70% школьников относят компьютер к своим главным интересам и увлечениям. Наиболее увлеченные дети могут проводить за компьютером до 18 часов в день!</p> <p>Профилактика интернет-зависимости у старшеклассников предполагает беседы, в процессе которых они должны осознать, что интернет является лишь частью реальной жизни, а не ее заменой. Также следует поощрять встречи с друзьями, творческие начинания, спортивные увлечения и т. д.</p> <p><i>Слайд 8.</i> Профилактика интернет-зависимости у старших школьников бывает первичной и вторичной. <i>Первичная</i> предполагает знакомство детей с признаками зависимости. Она направлена на нормализацию психической адаптации учеников. <i>Вторичная профилактика интернет-зависимости</i> у старшеклассников сопровождается восстановлением их социального и личностного статуса. С этой целью проводятся мероприятия, основанные на изучении личностных особенностей людей с интернет-зависимостью, разрабатываются схемы нормализации самооценки старшеклассников разных возрастов.</p> <p><i>Рекомендации по профилактике интернет-зависимости</i></p> <p><i>Слайд 9.</i> Защитить старшеклассника от негативного влияния интернета поможет личный пример родителей. Если родитель все свободное время проводит с телефоном в руках, то старшеклассник будет ему подражать. Следует более активно вовлекать чадо в семейные мероприятия и общественную жизнь, чтобы показать ему, что в реальности есть масса интересных занятий.</p> <p>Необходимо проанализировать собственный подход к воспитанию старшеклассника. Важно, чтобы он способствовал его самореализации в обществе. В противном случае старшеклассник будет искать ее в виртуальном мире. При общении с ним необходимо делать акцент на важности его интересов и увлечений.</p> <p><i>Слайд 10.</i> Следует поощрять старшеклассников в их стремлении к самореализации. Например, если старшеклассника интересует футбол, нужно отдать его в спортивную секцию.</p> <p>С детьми старшего школьного возраста нужно быть</p>	Слайды 8–10

	<p>предельно честными. Старшеклассники на интуитивном уровне чувствуют ложь. Это может подорвать доверие в отношениях.</p> <p>Действенной мерой профилактики интернет-зависимости специалисты считают <i>анализ поведения старшеклассника</i>. Необходимо вовремя отслеживать любые изменения в его реакциях на жизненные события. При чрезмерном увлечении компьютером стоит сразу обозначить границы. Это следует сделать в самом начале. Для напоминания можно использовать таймер или будильник. Оптимальное время нахождения за компьютером – 2 часа в день.</p> <p>Желательно рассказать старшекласснику о возможных последствиях интернет-зависимости, которые могут касаться как его психики, так и физиологического здоровья в целом. Если он чрезмерно закрыт и необщителен, ему может помочь работа с психологом, которая предотвратит развитие интернет-зависимости на почве личных переживаний.</p>	
6 мин.	<p><i>Вопрос</i></p> <p>Так кто же виноват в том, что наши дети не «отлипают» от мониторов? (<i>Ответы родителей</i>)</p> <p><i>Мини-консультация (2 мин.)</i></p> <p>Вопросы из разряда «Кто виноват?» всегда неприятны. Естественно, объективная реальность такова, что полностью исключить информационное пространство (социальные сети и интернет) из нашей жизни практически невозможно. Конечно, вариант уехать в глухую тайгу всей семьей всегда имеет место быть. Однако устраивать глухую тайгу, например, в квартире многоэтажки густонаселенного города не стоит. Прежде всего это создаст препятствия к нормальной социализации не только старшеклассника, но и всей семьи. Всеобщая цифровизация, компьютеризация, интернетизация подарила нам нынешнее поколение – поколение Z, поколение цифровых людей. На формирование их личности большое влияние оказали современная доступность информации и всеобщая публичность благодаря интернету. Представители этого поколения остро переживают утрату современных средств связи. Оставшись без гаджета, они с трудом выбирают иной вид досуга. Они не устанавливают прочных связей, если им что-то не нравится, а просто выбирают другой вариант – глобальная сеть дарит кучу возможностей. Эти люди предпочтут получить быстрый результат, а не добиваться амбициозной цели. Их главная мотивация – интерес.</p> <p>Жизнь этого поколения неразрывно связана с гаджетами и социальными сетями. Для них характерно так называемое клиповое мышление – способ восприятия окружающего мира в виде мозаики, пазлов, когда в сознании формируется яркий, но фрагментарный и кратковременный образ, который тут же сменяется другими подобными ему.</p> <p>В описаниях характеристик подрастающего поколения практически каждый источник начинается словами: «Современные дети окружены гаджетами с рождения...»</p>	

1 мин.	Демонстрация видеоролика «Интернет-зависимость» (мультфильм) https://www.youtube.com/watch?v=QCfQ9SC6udg	Видеоролик
2 мин.	Уважаемые родители! Защищенность старшеклассника от угроз в интернете должна быть обеспечена при взаимодействии семьи и школы. Мы, педагоги, со своей стороны на системном уровне так организуем воспитательную деятельность, чтобы максимально помочь вам, ведь только совместными усилиями мы можем добиться успехов в обеспечении безопасности старшеклассников в социальных сетях и интернете. Помните, развитие альтернативных интересов, доверительные отношения родителей со старшеклассниками позволят обезопасить их в пространстве интернета.	
6 мин.	Рефлексия Уважаемые родители, наше занятие подходит к концу. Надеюсь, вы получили для себя полезную информацию, которая поможет вам и вашим детям не стать интернет-зависимыми пользователями. Прошу вас продолжить фразы. <i>Я понял(а), что необходимо всегда...</i> <i>Я получил(а) для себя...</i> <i>Для меня здоровье моего ребенка...</i> <i>Мне бы хотелось еще поговорить о...</i> Желаю вам и вашим старшеклассникам физического и душевного здоровья, спокойствия и взаимопонимания. До свидания!	

Занятие 3.6 Күйзелістен шығар жол Помогаем пережить стресс

Цель: формирование способности родителей противостоять стрессу и оказать подобную помощь своему ребенку.

Задачи:

- развивать стремление родителей научить своего ребенка стрессоустойчивости;
- расширить и углубить представления родителей о проявлениях стресса и методах выхода из него, эмоциональной регуляции поведения и взаимодействию педагогов и родителей в обеспечении стрессоустойчивости ребенка;
- сформировать навыки трансформации стресса в ресурсное состояние, освоить инструменты повышения стрессоустойчивости ребенка.

План

I. Организационная часть

- Приветствие
- Цели и задачи

II. Основная часть

1. Игра - разминка «Конверт отношений»
2. Анкета для родителей
3. Видео материал
4. Мини-дискуссия "Плюсы и минусы стресса»

5. Мозговой штурм

инструменты стрессоустойчивости для родителей и детей в различных национальных культурах Казахстана

III. Заключительная часть

6. Чек лист "Как пережить стресс на ЕНТ"

Вопросы для закрепления материала.

Ожидаемые результаты.

По завершении занятия родители:

- имеют сильную мотивацию к развитию у своего ребенка стрессоустойчивости;
- осознают причины возникновения, особенности проявления и пути преодоления стресса, эмоциональной регуляции поведения и взаимодействия педагогов и родителей в обеспечении стрессоустойчивости ребенка;
- владеют основными инструментами повышения стрессоустойчивости личности.

Ресурсы: презентация, видеоролики, колонки, маркеры, листы формата А3 и А4, ручки.

Формат работы: занятие с элементами тренинга.

Методы: дискуссия, мозговой штурм, тренинговые упражнения

Продолжительность занятия – 60 мин.

Хронометраж	Содержание	Ресурсы
3 минуты	<i>Приветствие</i> Здравствуйте, уважаемые родители! Я рада приветствовать вас сегодня на нашем занятии. Сегодня я хотела бы поговорить с Вами о стрессе и о том, как его пережить. Весь процесс обучения в старших классах подчинен главной цели – сдаче ЕНТ. Это, безусловно, стресс для учеников, родителей и педагогов.	проектор
5 минут	<i>Информационный блок</i> От чего зависит наше поведение в чрезвычайной ситуации? Изначально, люди рождаются с тремя реакциями на опасность: бороться, бежать или замереть. Если опасность такая, с которой мы можем бороться, — мы боремся. Если бороться мы не можем и нам необходимо спастись — мы убегаем. Если у нас нет ни той, ни другой возможности — мы замираем или прячемся. В течение жизни мы обычно выбираем одну реакцию на опасность, которая затем проявляется в большинстве случаев. К сожалению, чаще всего эта реакция — замирание. Дело в том, что большая часть опасностей, с которыми встречается человек, — это социальные и психологические опасности, где невозможно бороться кулаками или физически убежать. Поэтому замирание и становится для многих «выученной» реакцией». Многочисленные эксперименты показывают: подвергаясь угрозе, люди часто не предпринимают действий, которые могут повысить их шансы на выживание. А выученная реакция замирания имеет свои последствия. Может привести к нарушениям психического и физического здоровья. Например, если вы неожиданно встретили опасную собаку, то первая реакция – испуг, потом выбор – бежать или замереть. Бежать (кричать) - это способ выпустить стресс. Замереть - более безопасный способ, но это может привести к тому, что стресс оставит свой отпечаток в нашем теле.	Слайд 1-3
5 минут	<i>Основная часть</i> 1.Игра-разминка «Конверт отношений»	Слайд 4, 5

8 минут	<p><i>Цель:</i> снятие эмоциональных барьеров, настрой на рабочую атмосферу.</p> <p>Каждый участник по очереди вынимает из конверта ведущего листок с вопросом и отвечает на него.</p> <p>Мой ребенок злится, когда...</p> <p>Ребенок плачет, если...</p> <p>Мой ребенок выходит из стресса с помощью...</p> <p>Я вижу, что мой ребенок в стрессе, когда он...</p> <p>Я вижу, что он выходит из стресса, когда он...</p> <p>2.Предлагаем вашему вниманию мультфильм.</p> <p>Мультфильм о стрессе</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=ehWjYOhIER8</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Какая главная идея мультфильма?</p> <p>Какие чувства и эмоции вы прочувствовали при просмотре?</p> <p>Следующее видео покажет какие существуют способы выхода из стресса.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=cxNQMY8gm6U</p> <p>СТРЕССТЕН арылудың 10 ЖОЛЫ. Оңай каналы (способы выхода)</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Какие способы выхода из стресса вам знакомы?</p> <p>Какие новые решения вы увидели?</p> <p>Есть ли у вас собственные методы работы со стрессом?</p>	Слайд 6
10 минут	<p>3.Большинство людей считают, что стресс несет в себе негативные последствия. На примере этой дискуссии вы сможете увидеть ресурс, который несет в себе стресс.</p> <p>Мини-дискуссия на тему «Плюсы и минусы стресса»</p> <p>Педагог делит группу на две подгруппы. Первая подгруппа должна в ходе группового обсуждения выявить и записать негативные последствия стресса, а другая - позитивные стороны стресса (чему мы учимся, преодолевая стресс, что мы можем узнать о себе и своих ресурсах, преодолевая трудные ситуации). Время на обсуждение - 5 минут. После того, как группы справятся с этим заданием, педагог предлагает устроить дискуссию, во время которой ответы-аргументы групп чередуются. Выигрывает та команда, которая найдет больше аргументов в пользу защищаемой точки зрения.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Какие позитивные стороны стресса были для вас неожиданными?</p> <p>Как это упражнение показывает, что каждый ребенок имеет право на ошибку как возможность обретения опыта?</p>	Слайд 7
10 минут	<p>4. Каждый человек обладает своим арсеналом средств для выхода из стресса. В результате выполнения упражнения, мы поделимся своими инструментами и создадим чек-лист, который будет помогать человеку в ситуациях стресса повысить свою устойчивость к нему.</p> <p>Мозговой штурм</p> <p>«Инструменты стрессоустойчивости для родителей и детей в различных национальных культурах Казахстана»</p> <p>Каждый участник называет по одному способу выхода из стресса и повышению стрессоустойчивости.</p> <p>Все предложения записываются на доске.</p>	Слайд 8

<p>5 минут</p> <p>7 минут</p>	<p>Создается чек-лист, каждый может сделать скриншот.</p> <p><i>Вопросы:</i></p> <p>Как в вашей семье справляются со стрессом? (Поход в кино, выезд на природу, путешествия)</p> <p>Какие инструменты есть в вашей национальной культуре? (народное творчество, совместная деятельность – приготовление еды, рукоделие, асар, национальные виды спорта)</p> <p>Как влиял традиционный уклад жизни казахов на формирование стрессоустойчивости? (зависимость от природных условий через принятие, благодарность, адаптация и готовность к изменениям, шукир, тауба, сабыр)</p> <p>Какие способы работы со стрессом в духовной и материальной культуре казахов вы знаете? (устное народное творчество, ремесло, музыка, обряды и традиции)</p> <p>5. Агрессия, депрессия, суицидальное поведение и другие крайние проявления стресса (слайд)</p> <p>1.Определите по таблице как проявляется поведение вашего ребенка в стрессе.</p> <p>2.Обратите внимание на возможные причины неадекватного поведения.</p> <p>3.При необходимости обратиться к специалисту</p> <p>Заключительная часть</p> <p>чек лист «Как пережить стресс ЕНТ»</p> <p><i>Важно:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● распланировать свою подготовку, чтобы в этом графике равномерно были и отдых, и занятия. ● расставить приоритеты что важнее здоровье и жизнь ребенка или экзамен, который можно пересдать? ● проговорить с детьми, какие у них есть страхи и какие есть варианты развития событий (худшие сценарии) ● научить ребенка техникам выхода из стресса, которые позволят снять тревожное состояние в любой ситуации (дыхательные техники, переключение внимание, выезд на природу, изучать что-то новое, активный спорт) ● заручиться поддержкой близких: родителей, друзей, чтобы в этот момент абитуриенты были не одни. От них нужна мотивационная поддержка: "Ты сможешь, я в тебя верю, у тебя получится". ● родителю быть внимательным в выражениях, исключить из лексикона слова "это жизненно важно, от этого зависит твое будущее, не подведи нас и прочие" <p>Обратная связь</p> <p>-Умеете ли вы определять причину своего стресса и стресса ребенка?</p> <p>-Насколько важен в жизни навык определять ресурсное состояние стресса?</p> <p>-Какие инструменты повышения стрессоустойчивости наиболее для вас приемлемы?</p>	
-------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Цель: развитие способности проявлять любовь по отношению к своему ребенку для установления эмоционального равновесия и взаимопонимания в семье.

Задачи:

- развивать стремление родителей оказывать ребенку всестороннюю поддержку в семье, проявлять искренность во взаимоотношениях;
- способствовать осознанию смысла понятий «айналайын», «языки любви», «эмоциональные манипуляции» и др.;
- формировать навыки выражения чувств в отношениях, умение разговаривать со старшеклассником на деликатные темы.

План

I. Организационная часть

- Приветствие
- Цель и задачи

II. Основная часть

1. Игра - разминка "Оскар лучшему родителю"
2. Видео Зира Наурызбай, авторская программа «Умай». «Сила слова: как благословляли и ругали наши предки»
3. Упражнение «Презентация»
4. Мини дискуссия
5. Применение альтернативных способов проявления любви (чек-лист)
6. Как говорить со старшеклассником на деликатные темы? Анонимный чат-бот по репродуктивному здоровью

III. Заключительная часть

Ожидаемые результаты.

По завершении занятия родители:

- имеют мотивацию проявлять любовь к себе и своему ребенку;
- осознают значимость искренности во взаимоотношениях между людьми;
- умеют применять альтернативные способы проявления любви к своим близким, научились пользоваться ресурсами анонимного чат-бота о репродуктивном здоровье.

Ресурсы: презентация, видеоролики, колонки, маркеры, листы формата А3 и А4, ручки.

Формат работы: занятие с элементами тренинга.

Методы: дискуссия, мозговой штурм, тренинговые упражнения

Продолжительность занятия – 60 мин.

Хронометраж	Содержание	Ресурсы
3 минуты	<p>Приветствие</p> <p>Здравствуйте, уважаемые родители!</p> <p>Я рада приветствовать вас сегодня на нашем занятии. Я хотела бы поговорить с вами о том, как любовь помогает взаимопониманию между людьми. Какие способы выражения любви мы знаем и используем? Давайте поделимся, что мы думаем о наших детях, какую модель взаимоотношений мы хотели бы видеть в жизни ребенка.</p>	<p>Проектор</p> <p>На доске цитата: Сүйіспеншілік – сыйластық кілті</p>
4 минуты	<p>Информационный блок</p> <p>Любовь — это одно из самых сильных чувств, которые может испытать человек. Поэтому любовь может быть сильной мотивацией, побуждать к важным шагам в жизни.</p> <p>Влюбленные люди более продуктивны, достигают ранее недоступных высот и стремятся стать лучше.</p> <p>Когда мы говорим о любви, мы подразумеваем отношения между мужчиной и женщиной, между</p>	<p>Слайд 1-3</p>

	<p>родителями и детьми, родными и близкими. Во всех своих проявлениях любовь является главной движущей силой, ключом к взаимопониманию между людьми.</p>	
5 минут	<p><i>Основная часть</i></p> <p>1. Для того, чтобы нам легче было работать в группе, давайте поиграем.</p> <p>Игра - разминка "Оскар лучшему родителю"</p> <p><i>Цель:</i> снять напряжение в группе, познакомить участников, повысить самооценку родителей.</p> <p>Участники разделяются на пары. В течение 2 минут нужно узнать о собеседнике факт, за который его можно наградить Оскаром как лучшего родителя. Упражнение выполняется с использованием «Айналайын», Бата беру, мандайдан сипау, аркадан қағу, тілекші болу.</p> <p>Презентация лучшего родителя проходит под аплодисменты участников.</p>	Слайд 4
5 минут	<p>2. В предыдущей игре каждый из нас увидел какой огромной силой обладают слова. И сейчас давайте посмотрим, как умели наши предки, даже ругая ребенка, благословлять его...</p> <p>Видео «Сила слова: как ругали, благословляли наши предки» на «Абай» ТВ. Программа Зиры Наурызбаевой «УМАЙ».</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=iC4KHtN627s</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Насколько вам известны эти фразы, слышали ли вы их когда –нибудь? 2. Какими словами ругали вас? 3. Какими словами вы ругаете своего ребенка? 4. Благословляете ли? Даете ли вы бата своему ребенку? Если да, то в каких ситуациях? 	Слайд 5
10 минут	<p>3. Давайте сейчас каждый ответит для себя на вопрос: Любовь родителя к ребенку – условная или безусловная? Насколько вы искренни, проявляя любовь к ребенку – старшекласснику? Является ли старшеклассник вашим помощником, который возможно заменяет родителя для младших братьев и сестер? Насколько в этой ситуации сохранены его личные границы? Есть ли у него личное свободное время?</p> <p>Во время игры необходимо войти в ту роль, которая вам досталась и суметь прочувствовать ее.</p> <p>Упражнение «Презентация»</p> <p><i>Цель:</i> помочь участникам группы осознать и сформулировать для себя свои родительские роли и понять в чем особенность его ребенка.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Участники разбиваются на тройки, путем подсчета 1-2-3. 2. Выбирают «родителя», «ребенка», «учителя». 3. Задание «родителю» - презентовать своего ребенка учителю в новой школе. 4. Задание «ребенку» - презентовать своего родителя своему учителю . 	Слайд 6
13 минут		

8 минут	<p>5. Задание «учителю» - критически выслушать, задавать вопросы, уточнять. 6. Смены ролей в тройках после выполнения задания. 7. Шеринг – обратная связь</p> <p>Вопросы к «родителям»: -Насколько вы были искренни или приукрасили портрет своего ребенка? -Что было сложным в презентации своего ребенка?</p> <p>Вопросы к «ребенку»: -Была ли эмоциональная манипуляция при презентации? -Использовались ли гаджеты при презентации родителя и какова их роль?</p> <p>Вопросы к «учителю» - Оцените проявления любви при презентации с обеих сторон.</p> <p>5.Каким образом вы проявляете любовь к своему ребенку? Давайте посмотрим на слайде 5 способов проявления любви.</p>	Слайд 7-9
5 минут	<p>Мини дискуссия на основе книги "5 языков любви", Гэри Чепмен. Рекомендуется к прочтению (слайды) Вопрос для обсуждения «Существует ли универсальный язык любви?» <i>Пять способов выразить свои чувства:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прикосновения 2. Слова 3. Помощь 4. Время 5. Подарки 	
5 минуты	<p>На втором слайде рассмотрим более подробно, как мы выражаем свою любовь разными способами. Что рекомендовано делать в каждом случае, а чего следует избегать.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i> Какие пункты вызвали затруднение? Что чувствовали, когда заполняли таблицу? Какой пункт было легче всего заполнить?</p> <p>Заключительная часть</p> <p>Как говорить со старшеклассником на деликатные темы Чем старше становится наш ребенок, тем больше самостоятельности появляется в его жизни. Родители видят свою задачу в том, чтобы оградить детей от негативного опыта и уберечь от невзгод. Но есть деликатные темы, которые родителю и ребенку затруднительно обсуждать вместе.</p>	Слайд 10

3 минут	<p>В решении этого вопроса можно прибегнуть к посредникам (доступные источники информации, авторитетные мнения и пр.)</p> <p>Рекомендуем вам познакомиться с телеграм-ботом https://t.me/aspanchatbot</p> <p>Чат-бот по репродуктивному здоровью молодежи создан специалистами волонтерского движения "Ү-реер KAZAKHSTAN" на основе научных фактов при поддержке ООН.</p> <p>Это анонимный робот, в котором собрано большое количество вопросов и ответов по репродуктивному здоровью, половому созреванию, партнерским отношениям и другим вопросам.</p> <p>Ребенок может самостоятельно задать вопрос в нужном разделе и сразу получить квалифицированный ответ.</p> <p>Рекомендуем родителям самим попробовать «пообщаться» с телеграм-ботом, это очень увлекательно и анонимно. И дать возможность своему ребенку получить ответы на волнующие его вопросы.</p> <p><i>Обсуждение:</i> Что для себя вы возьмете с сегодняшнего занятия?</p>	
---------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Занятие 3. 8

Атадан өсиет, анадан қасиет

Традиции и ценности семьи: от поколения к поколению

Цель: содействие родителям в развитии у детей качеств, необходимых в будущей семейной жизни.

Задачи:

- 1) мотивировать родителей на развитие у ребенка качеств личности, необходимых в будущей семейной жизни;
- 2) актуализировать опыт традиционного воспитания, расширить представление родителей об «ответственном отцовстве»;
- 3) развивать у родителей навыки анализа собственных действий по формированию у ребенка качеств, необходимых в семейной жизни.

Национальные ценности и качества личности: родительский долг, уважение к личности, национальным традициям, доверие, открытость, ответственность, чуткость, доброта, отзывчивость, позитивное мышление, эмпатия, готовность сотрудничать, чувство юмора.

План

I. Вводная часть.

Беседа о коренной связи семьи и народа/нации.

II. Основная часть.

1. Национальная культура – основа традиций воспитания в семье (просмотр картин, беседа, составление кластера).
2. Современное отцовство (просмотр видеоролика, обсуждение).
3. Качества современного отца (групповая работа, обсуждение).
4. Качества современного отца (работа с таблицей).
5. Составление чек-листа по воспитанию у мальчиков качеств, необходимых в будущей семейной жизни.

III. Заключение: рефлексия, подведение итогов.

Ожидаемые результаты

По завершении занятий родители:

- обратятся к опыту национального воспитания;
- расширят понимание «ответственного отцовства»;
- смогут развивать навыки рефлексии собственных действий по развитию у детей качеств, необходимых в будущей семейной жизни;
- смогут определять собственную линию поведения в данном направлении.

Ресурсы:

Репродукции картин казахских художников, иллюстрации; видеоролик; распечатанные таблицы, доска, флип-чарт, маркеры, листы формата А4, ручки.

Продолжительность занятия – 45-50 мин.

Хронометраж	Содержание	Ресурсы
5 мин.	<p><i>Слайд 1.</i> Объявление темы: «Атадан өсиет, анадан қасиет» «Традиции и ценности семьи: от поколения к поколению»</p> <p>Уважаемые родители! Наше занятие посвящено очень важной теме – воспитанию в детях качеств, необходимых им при создании в будущем собственной семьи. Кто-то может сказать: «Какая семья? Они еще сами дети». Но ведь ничто хорошее не возникает само по себе. Необходимо закладывать в детях основы этих качеств сейчас, чтобы в будущем избежать неблагоприятных ситуаций (развод, разрушение молодой семьи).</p> <p>Какую роль в воспитании детей играют народные семейные традиции?</p> <p>Беседа: «Без семьи, без своего рода – нет нации, нет народа». <i>Поговорка</i></p> <p>Отейбойдак Тлеукабылулы (1388–1478) – казахский целитель, ученый, создатель труда «Врачебное повествование», так говорил о природе казахского общества: <i>«Несколько домов составляют один аул, а еще больше домов – большой аул, несколько больших аулов образуют род, далее, несколько родов – это племя, несколько племен – это союз, несколько союзов образуют улус, несколько улусов – это уже страна».</i></p> <p>Вопрос: Чувствуем ли мы сейчас эту неразрывную связь: семья – народ? В чем это проявляется?</p>	
5 мин.	<p><i>Слайд 5-6</i></p> <p>ЗАДАНИЕ 1. Рассмотрите репродукции картин казахстанских художников. Расскажите о казахских традициях воспитания мальчиков и девочек: какие знания, традиции передавались от старших младшим, какие качества воспитывались в детях.</p> <p><i>Необходимо обратить внимание на то, что в традиционной культуре казахов воспитанием девочек занимались матери, бабушки; Воспитанием мальчиков занимались отцы, старшие мужчины.</i></p>	Можно использовать репродукции картин казахстанских художников Айши Галимбаевой «Портрет Сауле», Илоны Токай «Алма»,

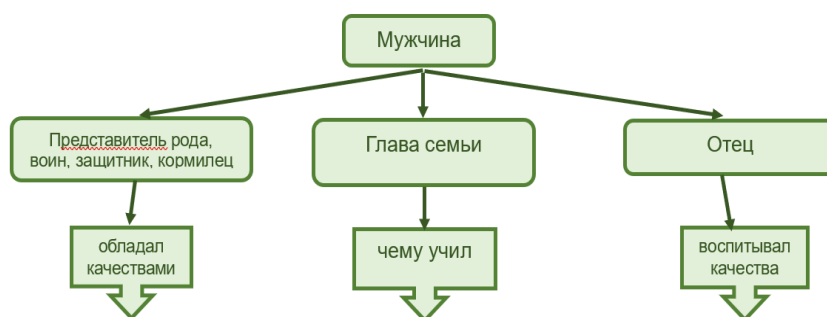
КанафийТель
жанова
«Впервые»,
Евгения
Горовых
«Трудная
задача», Али
Жусупова
«Первое
чтение»,
Марины
Лизогуб
"Сказка",
Регины
Великановой
«Встреча с
природой» и
др.

10 мин.

Слайд 7

ЗАДАНИЕ 2. Составьте кластер

МУЖЧИНА В ТРАДИЦИОННОМ КАЗАХСКОМ ОБЩЕСТВЕ



Вспомогательный материал:

❖ Какие качества были важны для мужчины как члена рода?

Ему было необходимо проявлять не только смелость, решительность, мужественность, физическую силу, стойкость, выносливость, но и *гибкий ум, чувство справедливости, самостоятельность, социальную зрелость, мудрость, умение убеждать, дипломатичность, знание «шежіре» (предков)*.

❖ Какие качества мужчине были необходимы для руководства семьей?

Хозяйственность, заботливость, способность брать на себя ответственность, понимание того, что семья – главное в его жизни, бережное отношение к жене и детям.

❖ Чему отец учил сына?

Приобщал сыновей к труду, учил: вести хозяйство, ухаживать за домашним скотом, ставить и разбирать юрту, ездить верхом, стрелять, охотиться, выживать в различных условиях; обучал ремеслу, привлекая его к совместному труду; играл главную роль в определении брака детей, выделении им имущества (надел сыну, приданое дочери).

Сына учил ценить дружбу, проявлять добропорядочность и уважение в отношении соседей, незнакомых путников и даже врагов

Доска, флип-чарт, маркеры

	Для дочери эталон при выборе будущего мужа: опора, безопасность, надежность, сила, мужество, любовь, забота.	
	<p>Слайд 8</p> <p>ЗАДАНИЕ 3. Посмотрите видеоролик. Ссылка на видеоролик: https://www.instagram.com/</p> <p>Ответьте на вопросы, выскажите свое мнение.</p> <p>ВОПРОСЫ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как молодой отец понимает свою новую роль? • На каких ценностях строятся взаимоотношения в этой семье? • Является ли такое понимание отцовских обязанностей распространенным в нашем обществе? 	Видеоролик "Об участии отцов"
10 мин.	<p>Слайды 9-12</p> <p>ЗАДАНИЕ 4.</p> <p>Движение HeForShe в Центральной Азии объявило челлендж «Рюкзачки». Детский рюкзачок на спине мужчины говорит о том, какой он отец.</p> <p>Вот небольшая подборка мнений мужчин о том, что такое для них – быть отцом девочки.</p> <p><i>Разделитесь на группы, прочитайте фрагменты интервью, сформулируйте, что отличает «вовлеченных отцов», свое отношение к этому.</i></p> <p>❖ Нурлан Сулейменов, врач, SMM-специалист, Казахстан:</p> <p>«Однажды у дочери не получалось собрать конструктор, и она своим звонким голосом повторила мое фирменное ругательство. В этот момент я четко осознал, что мне надо быть в сто раз осторожнее: ведь дочь копирует не только слова родителей, но и поведение, отношение к людям и событиям. У меня появилась острая внутренняя потребность стать лучше, чтобы ребенок перенял лучшее. Я стал строго следить за тем, что я делаю, ведь дети повторяют то, что мы делаем, а не то, что мы им говорим.</p> <p>Самое важное, чему меня научило отцовство, – это терпение. Иногда забываешь, что даже самым простым вещам когда-то приходилось учиться. Маленький ребенок постоянно об этом напоминает, и поневоле становишься терпеливее, ведь все когда-то чему-то учились.</p> <p>А еще ребенок учит радоваться обычным вещам в жизни. Смаковать клубнику, ловить мыльные пузыри или танцевать в девятый раз под Тейлор Свифт – все это может приносить огромное удовольствие.</p> <p>❖ Оруч Кавунджу, финансист, Турция:</p> <p>«Самое важное, чему меня научило отцовство, – держать обещания, какими бы маленькими в представлении взрослого человека они не были. Например, утром, уходя на работу, обещаешь ребенку вечером поиграть или погулять с ней. Вечером приходишь уставший, но все равно выполняешь обещание, потому что знаешь – для нее это важно. Из таких маленьких обещаний и получается быть папой. Оказалось, что ребенок – самое большое счастье в моей</p>	Листы формата А4; ручки

жизни. И хорошо, что я вовремя понял, как быстро она меняется: я хочу проживать каждый период ее развития вместе с дочерью, не пропустив ни одного дня.

❖ **Арсен Рысдаулет, предприниматель, Казахстан:**

«Сколько же у нас было интересных бесед с дочками по дороге в детский сад, в школу и домой. Много вопросов и столько же подробных ответов. Дети делятся своими переживаниями, а я стараюсь дать им толковый совет. Особенно много таких разговоров у нас со старшей дочерью, так как она учится в первом классе и ей нужно находить общий язык с одноклассниками. Тот опыт коммуникаций, который у нас идет с момента рождения, является очень важным для ее дальнейшего развития».

5 мин.

Слайд 13

ЗАДАНИЕ 5. Какие качества необходимы современному отцу?

В таблице представлены качества отцов двух отличающихся типов. Выделите те, которые бы вы хотели развить в своем ребенке для его успешной будущей семейной жизни.

+	1	2	+
	Семья – одна из главных ценностей	Семья на первом месте в системе жизненных ценностей	
	Хозяйственные функции распределяются более-менее равномерно	Не считает нужным распределять домашние обязанности	
	Взгляд на главенство в семье либеральный	Роль главы семьи ситуативная (сегодня – ты, а завтра я в зависимости от ситуации)	
	Реализует все функции, кроме функции заботы и ухода за ребенком	Реализует все функции, включая заботу и уход за ребенком	
	Ежедневно проводит с ребенком определенное время	Проводит с ребенком в день 5 часов и более	
	Поддерживает мать ребенка во время и после беременности	Активно поддерживает мать ребенка во время беременности и после родов	
	Не готов оставить работу и заботиться о детях	Готов, если понадобится, оставить работу и заняться воспитанием детей	

Распечатанные таблицы

10 мин.	<p><i>Слайд 14</i></p> <p>ЗАДАНИЕ 6. Составляем чек-лист. Опираясь на то, о чем мы говорили сегодня, составьте чек-лист на тему «Воспитываем будущего отца». Подумайте, ЧТО бы вы взяли из национального опыта воспитания, о котором мы сегодня говорили. Что больше соответствует сегодняшним реалиям?</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>Качества ответственного отца</td> <td>Что буду делать Я для воспитания в сыне этих качеств</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> </tr> </table>			Качества ответственного отца	Что буду делать Я для воспитания в сыне этих качеств			Распечатанные таблицы
Качества ответственного отца	Что буду делать Я для воспитания в сыне этих качеств							
5 мин.	<p><i>Слайд 15</i></p> <p>РЕФЛЕКСИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Понравились ли вам упражнения? • В чем ценность каждого из них? • Какие были трудности при выполнении? • Какое из них вы бы взяли на заметку и непременно реализовали дома? 							

V. АНКЕТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ

Определение потребности родителей в педагогической поддержке

Для изучения запроса родительской общественности предлагается провести в организациях образования анкетирование, которое позволит выявить потребности родителей в конкретных психолого-педагогических знаниях. Выявление потребностей родителей в психолого-педагогической поддержке позволит организации образования самостоятельно определить темы и содержание занятий в объеме 20–30% от программы занятий.

Предлагаются примерные вопросы для определения запросов родителей. Организации образования могут расширить спектр вопросов анкетирования, с учетом имеющихся проблем и особенностей региона.

АНКЕТА №1

Определение потребности родителей в педагогической поддержке

1. Укажите класс, в котором учится Ваш ребенок. (Если в семье несколько школьников, укажите их классы)

- 1
- 2

- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11

2. Оцените уровень сложности для Вас каждого из направлений воспитания по пятибалльной шкале. (Цифра «1» – самое сложное, на Ваш взгляд, направление, а цифра «5» – самое легкое).

- интеллектуальное воспитание;
- национальное воспитание;
- нравственно-духовное воспитание;
- патриотическое воспитание;
- правовое воспитание;
- трудовое воспитание;
- физическое воспитание;
- экологическое воспитание;
- эмоциональное воспитание;
- эстетическое воспитание.

3. Какие вопросы в воспитании ребенка Вас волнуют? (Можно выбрать несколько ответов).

- Как предотвратить суицид
- как предотвратить травлю ребенка в школе сверстниками
- как предотвратить интернет-зависимость
- как улучшить взаимоотношения с ребенком
- как научить ребенка регулировать эмоции
- как помочь ребенку в его социализации
- как научить ребенка вести здоровый образ жизни
- как помочь ребенку в обучении
- как развить жизнестойкость и стрессоустойчивость
- как качественно проводить время с ребенком
- как помочь ребенку найти свое призвание
- другое

4. Какиетрудности в воспитании ребенка Вы испытываете в настоящее время? (Дайте, пожалуйста, развернутый ответ. Например, не знаете чем занять ребенка в свободное время, как разделить обязанности по дому между детьми и др.)

**Оценка удовлетворенности родителей деятельностью
Центра педагогической поддержки родителей**

Мониторинг деятельности Центра в организациях образования осуществляется через проведение анкетирования родителей в декабре и в мае. Анализ результатов мониторинга позволит повысить качество обучения родителей и эффективность деятельности Центра. Ниже предлагаются примерные вопросы.

АНКЕТА №2

**Оценка удовлетворенности родителей деятельностью
Центра педагогической поддержки родителей**

1. Интересным ли для Вас было содержание занятий Центра педагогической поддержки родителей? (Оцените по пятибалльной шкале, где цифра «1» – совсем неинтересно, цифра «5» – очень интересно).

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

2. Оцените качество преподавания в Центре педагогической поддержки родителей по пятибалльной шкале. (Цифра «1» – низкое качество, цифра «5» – высокое качество преподавания. Критерии качества: доступность содержания, интерактивность занятия, красивая грамотная речь, убедительность, профессионализм изложения материала. Отсутствие одного из критериев снижает оценку на 1 балл).

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

3. Оцените степень новизны полученной информации по пятибалльной шкале. (Цифра «1» – нет новой информации, цифра «5» – много новой информации).

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

4. Будете ли Вы применять полученные знания в воспитании Ваших детей?

- Да, буду
- Нет, не буду
- Возможно буду/Частично

5. Поделитесь Вашими пожеланиями по совершенствованию деятельности Центра педагогической поддержки родителей (Дайте, пожалуйста, развернутый ответ).

VI. КЛУБ «ДАНАЛЫҚ МЕКТЕБІ»

Деятельность Клуба «Даналық мектебі» является неотъемлемой частью работы организации образования по формированию и развитию культуры позитивного родительства. Клуб – наиболее подходящая форма работы, так как предусматривает работу с позиции равенства его участников и позволяет максимально полно реализовать преимущества социального подхода в создании развивающей среды для родителей.

Как и предполагает формат деятельности, Клуб «Даналық мектебі» создается на добровольной основе, с учетом реальных нужд организации образования и готовности представителей родительской общественности поделиться позитивным опытом применения национальных ценностей и педагогических традиций народа в воспитании подрастающего поколения.

Цель деятельности Клуба «Даналық мектебі» – содействие развитию культуры позитивного родительства через актуализацию педагогического потенциала старших поколений.

Задачи:

- привлечь инициативных и ресурсных представителей старших поколений к работе по развитию культуры позитивного родительства;
- содействовать превращению национальных ценностей и традиций в основной стержень образования;
- способствовать распространению позитивного опыта применения национальных ценностей и педагогических традиций народа в воспитании подрастающего поколения.

Ожидаемый от деятельности клуба результат: успешное использование опыта старших поколений для формирования культуры позитивного родительства и решения актуальных проблем воспитания подрастающего поколения.

В целях сохранения и развития культурной самобытности Казахстана при определении тематики заседаний Клуба в обязательном порядке необходимо опираться на ценности и традиции казахского народа. Вместе с тем, рекомендуется по мере возможности обогащать тематику и содержание встреч участников Клуба с учетом наследия других этносов, проживающих в Казахстане.

В этой связи хотелось бы напомнить важный тезис из выступления Президента страны Касым-Жомарта Токаева на XXXI сессии Ассамблеи народа Казахстана: «Единство в многообразии – это наш фундаментальный принцип сохранения и упрочения национального единства. Этого принципа мы должны придерживаться и в будущем».

Специфика Клуба «Даналық мектебі» заключается в том, что приоритетным направлением его деятельности является работа с родительской общественностью. В соответствии с реальными запросами и потребностями школы Клуб призван актуализировать воспитательный потенциал казахской этнопедагогике через организацию секций «Ата өсиеті», «Әже даналығы», «Аға қаморлығы», «Женге кеңесі».

Учитывая колоссальный педагогический потенциал каждого направления деятельности, рекомендуется открыть в каждой организации образования все 4 секции Клуба: «Ата өсиеті», «Әже даналығы», «Аға қаморлығы», «Женге кеңесі». Однако эта работа должна проводиться планомерно, поэтапно, по мере накопления ресурсов, подбора инициативных и ресурсных представителей старших поколений и создания необходимых организационных условий.

Эксперты рекомендуют предусмотреть определенную специализацию в содержании вопросов этнопедагогике, которые могут рассматриваться в рамках Клуба. Примерные темы мероприятий для секций Клуба приведены ниже.

«Ата өсиеті»:

- Жеті атасын білген ұл, жеті жұрттың қамын жер//Сын, знающий своих предков до седьмого поколения, заботится об их потомках
- Бабалар дәстүрі – ұрпаққа өсиет//Традиция предков – завещание потомкам

«Әже даналығы»:

- Ертегі – танымның көзі/Сказка – источник познания
- Ырым-тыйым – әдептілік негізі/Народные суеверия и запреты – основа порядочности человека

«Аға қаморлығы»:

- Ағасы бардың – жағасы бар/Старший брат — опора младшего
- Ер жігітке жарасар салауатты бейнесі/Здоровый образ жизни присущ настоящему мужчине

«Женге кеңесі»:

- Қыз ғұмырдың құпиялары/Секреты в жизни девушки
- Қыздар білуге тиіс.../Девушки должны знать...

Общая ответственность за организацию деятельности Клуба «Даналық мектебі» возложена на директора организации образования. Непосредственным куратором этой работы является заместитель по воспитательной работе. Попечительский совет оказывает всемерное содействие деятельности Клуба.

Рекомендуемые формы работы в рамках Клуба: интерактивные лекции; беседы, тематические дискуссии; встречи с интересными людьми; просмотр и обсуждение видеоматериалов; творческие вечера и др.

План и расписание деятельности Клуба «Даналық мектебі» утверждает директор школы. Периодичность встреч в рамках Клуба «Даналық мектебі» определяется с учетом запросов родительского сообщества конкретной организации образования.

Для обеспечения преемственности в деятельности Клуба желательно, чтобы постоянно функционировал более или менее постоянный состав членов Клуба. Вместе с тем, очевидно, что различная тематика заседаний и встреч в рамках Клуба будет каждый раз способствовать привлечению новых участников.

Для роста популярности Клуба считаем необходимым обеспечение ряда обязательных условий:

- качественное проведение заседаний;
- привлечение активных и ресурсных представителей старших поколений;
- проведение информационной кампании, в том числе, общего мотивирующего мероприятия в районе, городе, селе перед запуском проекта;
- обеспечение мотивации родителей;
- партнерство с местными исполнительными органами, неправительственными организациями (Совет ветеранов, Центры активного долголетия и др.), привлечение представителей других родительских клубов.

Для осуществления мониторинга деятельности, определения качества проведения отдельных заседаний и встреч в рамках Клуба необходимо предусмотреть:

- включение вопросов о деятельности Клуба в План внутришкольного контроля;
- проведение регулярных опросов для выявления уровня удовлетворенности участников.

Деятельность Клуба необходимо широко освещать в СМИ и соцсетях. Рекомендуются следующие форматы освещения событий:

- ✓ прямые эфиры;
- ✓ интервью;
- ✓ репортажи;
- ✓ анонсы важных событий;
- ✓ широкий обмен мнениями.

Лучшие сценарии мероприятий клубных объединений организаций образования страны будут размещены на цифровой платформе НИГРЧ.

В данном пособии мы приводим отдельные разработки, которые призваны помочь участникам сориентироваться в примерной тематике клубных занятий и могут стать руководством к действию на этапе становления секций Клуба «Даналық мектебі».

АТА ӨСИЕТІ

ТЕМА 1. Шежіре. Историческая роль родословной в культуре казахов

Форма проведения: круглый стол.

Цель: формирование ценностного отношения родителей к *шежіре* как культурной традиции, имеющей большое воспитательное значение.

Задачи:

1. познакомить родителей с историей и основными задачами традиции *шежіре*;
2. обсудить с участниками актуальное состояние знаний о *шежіре* своей семьи;
3. побудить родителей к совместному изучению с детьми родовой истории и созданию современного *шежіре семьи* с указанием имен, черт характера и особенностей каждого члена семьи.

План:

- 1) Приветствие (5 минут)
- 2) Вступительное слово модератора. Информационная часть (5 минут)
- 3) Круглый стол «Шежіре моего рода» (25 минут)
- 4) Заключение (10 минут)

Информационный блок

По мотивам статьи Зиры Наурызбай «Родословные «шежіре» как форма коллективной памяти»

<https://otuken.kz/shezhire/>

Родословные *шежіре* в традиционном обществе и в наше время.

Родословие или генеалогия – это систематическое собрание сведений о происхождении, преемственных поколениях, степени родства тех или иных людей, семей, родов.

Считается, что казахское слово «шежіре» – «родословие» этимологически восходит к арабскому «шаджарат» – «дерево, ветвь», т.к. родословие обычно представляется в виде дерева, где корни – предки-основатели рода, ствол и ветви – предыдущие поколения, листья – современные потомки. Российский исследователь Н.А.Аристов считал, что слово «шежіре» имеет тюрко-монгольские корни и означает «память, иметь в памяти, запомнить, знать наизусть».

Основополагающее значение родословных для казахов связано с устройством традиционного казахского общества. Род был основной единицей социально-политической, экономической и культурной жизни. Место в родословной идентифицировало человека, его принадлежность к определенному родовому коллективу, положение в цепочке преемственности поколений (диахрония) и в социуме (синхрония).

Ш.Уалиханов так описывал *шежіре*: «...нет ни одного достопамятного события, ни одного замечательного человека со времени самобытной жизни этого народа, воспоминания о котором не осталось бы в народной памяти». Казахское *шежіре* в полном виде включает не только перечень поколений предков, но и знание особенностей характера, их жизнеописания, участие их в жизни народа. Таким образом, в родословные была вплетена коллективная память об основных событиях истории, поэтому *шежіре* часто называют устной степной историографией. Восходит это к средневековой практике, когда история тюрков Центральной Азии, в основном, получала оформление в виде родословных, чаще всего генеалогий правящих династий. Примером тому является анонимный труд XV века «Родословие тюрков» и другие.

Шежіре можно рассматривать как одну из базовых практик народной памяти. Она подверглась определенной деформации в советский период, но в данный период находится в процессе

реконцептуализации.

Критерии, которые будут использованы для типологизации практик памяти – глубина и широта культурной памяти, язык самоописания или культурный капитал. Предложенный подход позволяет проанализировать: как сохраняется, трансформируется, адаптируется практика составления *шежире* в современной казахской культуре; в какой степени востребованы *шежире* в современном обществе; как осуществляется эта практика памяти в современном Казахстане.

Знание своей родословной – это то, что Пьер Бурдьё назвал бы культурным капиталом. Оно имеет ценность само по себе, и в то же время позволяет реализовать базовый социальный капитал – те социальные связи, которыми человек наделен в родовом обществе. Это родственные связи не только по линии отца (патрилинейные), но и по линии матери (матрилинейные), жены, других близких.

Казахские пословицы на этот счет гласят: «Жігіттің үш жұрты бар: өз жұрты, нағашы жұрты, қайың жұрты» – «У джигита есть три рода: род отца, род матери, род жены», «Күйеу – жүз жылдық, құда – мың жылдық» – «Зять на сто лет, сват – на тысячу», «Әкең өлсе де, әкеннің көзін көрген өлмесін» – «Даже если умрет твой отец, да не умрут знавшие его», «Жақсы әкенің аты жаман балаға қырық жыл азық» – «Имя хорошего отца кормит плохого сына сорок лет», «Ата даңқымен – қыз өтеді, мата даңқымен – бөз өтеді» – «Девушка выходит замуж благодаря славе предков, бязь продается благодаря славе ткани».

Знание «жеті ата» – цепочки семи предков и шире родословной – одна из основных компетенций, которой ребенок в кочевом обществе овладевал в раннем детстве. Встретившись в степи или в доме, два незнакомых казаха здоровались, а потом по предложению старшего – «жөн сұрасу» – выясняли происхождение друг друга. «Жөн» – это многозначное слово: традиция, обычай, совет, наставление, верный, правильный, направление движения и пр. Обычай «жөн сұрасу» позволял не только идентифицировать друг друга, но и устанавливать отношения родства или свойства, пусть самые отдаленные, между двумя незнакомыми людьми, что обязывало их к взаимоуважению и взаимной поддержке. Родовое происхождение – главный элемент самопрезентации человека в традиционном обществе.

Родословные включали не только семь или десять поколений предков (жеті ата), их жизнеописания, но уходили корнями в глубокую, часто легендарную древность. В этих вариантах происхождение казахских родов иногда возводится к Адаму и Еве («Адам ата», «Хауа ана» – Отец Адам, Мать Ева, говорят казахи) или же к сахаба – спутникам пророка Мухаммеда. Поэтому шежире можно рассматривать не только как социальный и культурный капитал в традиционном казахском обществе, но и как особую функцию генерализации родовой информации в исторические и религиозные нарративы.

Шежире хранились и передавались, в основном, изустно. Базовой компетенцией обладал каждый член традиционного общества, однако существовали своего рода специалисты – «шежіреші», глубоко знавшие не только родословную своего рода, но и казахов в целом, родственные связи рода с другими, жизнеописания представителей рода, историю народа, устную литературу, этикетные нормы и т.д. Фрагменты родословных часто присутствуют в эпических произведениях.

В устных историях бытуют легенды о том, что существовали написанные варианты родословных, которые были уничтожены в период казахско-джунгарских войн, что у джунгар были специальные отряды, искавшие и уничтожавшие хранителей родословных «шежіреші» и их книги. Также есть утверждения о том, что книги шежире в древности были записаны на войлоке «киіз кітап» (у казахов войлок вообще является маркером глубокой древности).

Своего рода высеченными на камнях родословными были надгробные камни – «құлпытас», «қойтас», на которых выбивали имя человека, его отца, его родовую принадлежность, тем более, что и сами некрополи часто носили родовой характер. Заклучая военно-политический союз, рода и племена выбивали свои тамги на скалах вместе...»

Основная часть

Круглый стол «Шежіре моего рода»

1 спикер

Родословные в советское время

В советское время, особенно в связи с голодомором и насильственной седентаризацией,

распад родового общества практически завершился. Однако родовые отношения, по мере возможности адаптировавшись к новым условиям, в определенной степени сохранили значение социального капитала. В определенном контексте и с учетом специфики социалистической экономики о родовых отношениях стали говорить как о трайбализме, как факторе клановости. Отрицательные коннотации связывали с тем, что существовало противоречие между декларированным равенством социалистических «идеалов» с так называемыми «извращенными» формами родовых отношений, которые и называли трайбализмом или клановостью. Клановые могли идентифицироваться по разным признакам: родоплеменная общность, отношения землячества, обучение в одном вузе, личная симпатия и преданность. Эти практики консолидации по признакам, которые не связаны с самим государством, а скорее, с некими неотрадиционными нарративами родства, сохраняются и в настоящее время, позиционируясь как формы возрождения национальных обычаев.

В советское время официальное соби́рание и распространение шежи́ре не приветствовались. Но в семьях продолжали из поколения в поколение передавать информацию о предках, а энтузиасты продолжали работу по фиксации шежи́ре: записывали от стариков родословные, восстанавливали утраченные в 20-30-ые годы XX века родственные связи среди разбросанных по разным регионам потомков рода, собирали сведения о представителях рода за XX век и т.д.

Из академических фиксаций родословных можно отметить исследования В. Вострова и М.С. Муканова «Родоплеменной состав и расселение казахов (конец XIX – начало XX в.в.)». В рецензии Майкла Хэнкок-Пармера на книгу Альфрида Бустанова о советском ориентализме упоминается о репрессированном в 1952 году за национализм докторе исторических наук Бекежане Сулейменове (1912-84) который, пытался «...вывести генеалогические исследования на передний край науки...». Несмотря на такие факты, в целом в исторической науке советского периода бытовало отношение к родословным как к разновидности фольклора, имеющей лишь косвенное отношение к реальному этногенезу и истории.

2 спикер

Родословные в современном казахстанском обществе

В постсоветское время большинство трудов, написанных ранее, были переизданы, а родословные отдельных родов и племен стали издаваться отдельными книгами. В казахоязычном онлайн ресурсе Википедии статья «Қазақ шежірелерінің тізімі» – «Перечень казахских родословных» содержит более 30 книг, излагающих общеказахские родословные, и около 150 книг, рассматривающих родословные отдельных родов и племен. Этот перечень постоянно пополняется. При этом изданные малыми тиражами книги, размноженные посредством копировальной техники рукописи, рассказывающие летопись того или иного малого рода, зачастую остаются вне поля зрения специалистов.

Авторами родословных книг, чаще всего, выступают энтузиасты – выходцы из данного рода, владеющие пером – краеведы, журналисты и др. Они предпринимают этот труд по собственной инициативе или по просьбе аксакалов рода, собирателей родословных. Иногда это прямые потомки или близкие родственники аксакалов, сохранивших сведения.

В некоторых случаях сведения передаются известным литераторам, этнографам, историкам с просьбой написать родословную шежи́ре. Например, Медеу Сарсеке из рода Таракты, еще в советское время специализировавшийся на жизнеописаниях (его книги в переводе на русский язык издавались в Москве в знаменитой серии ЖЗЛ), написал книгу «Тарақты және қаракесек шежіресі» – «Родословие таракты и каракесеков». На Мангыстау такого рода работы писал писатель и краевед Абылхайыр Спан, который, в частности, является автором книги «Ер Төлеп», другим автором этого шежи́ре является один из потомков батыра Ер Толепа Султан Жубаев. Перу этнографа Акселеу Сейдимбека из Аргынского рода Таракты принадлежит родословная Найманского рода Балталы и Баганалы.

В последние годы появился еще один интересный кейс: ученому-архивисту, краеведу заказывается родословная конкретной семьи. Работа над таким заказом включает как поиск традиционного шежи́ре рода, в который входит семья, так и поиск в государственных и частных архивах документов о жизни предков семьи, поиск могил на кладбищах и т.д. Чаще всего это бывает связано с тем, что цепочка преемственности, знания истории семьи были утрачены в ходе исторических катаклизмов XX века – революция, голодомор, массовые откочевки, репрессии, войны.

Инициатором написания родословной может быть сам ее автор, для которого эта тема важна, или энтузиаст (группа энтузиастов) – обычно аксакал, собравший материал для книги. Инициировать написание книги может также состоятельный человек – выходец из рода.

Иногда решение принимается коллективно. Например, многие роды устраивают нечто вроде съездов или курултаев, выбирают на них «президента рода», решают общие для рода вопросы, чаще всего связанные с установкой памятников батырам, предкам, известным выходцам, проведением аса – тризны, иногда по конкретному человеку, возможно усопшему один-два века назад, а иногда сразу по всем известным предкам, строительство методом асар «түнеухана» – дома для ночевки паломников на родовом кладбище, рядом с мазаром и пр. На таких съездах может быть принято решение заказать книгу о роде тому или иному автору. Издание книги приурочивается обычно к какой-либо знаменательной дате или следующему съезду.

Работа над книгой шежире может быть волонтерской, а может оплачиваться отдельным заказчиком или коллективно. На курултае рода не только принимают решения, но и собирают средства на те или иные проекты. Некоторые роды даже создают официальные благотворительные фонды, общественные организации для таких целей, но чаще всего этот процесс носит неофициальный характер.

Если говорить о мотивации создателей родословных книг, существует несколько причин инициировать и создавать книги шежире:

1. *необходимость сохранения истории предков, желание, чтобы потомки знали предков, их имена, их жизнь.* Так, Итыбай Жантуганов, один из «заказчиков», выразил свое пожелание так: «Мы тоже род, имеющий славных предков. Так неужели мы не оставим после себя никакой памяти о них?».

2. *потребность во взаимном узнавании, общении потомков одного предка.* Обычно имеется в виду общение мужчин, молодых парней, ведь именно им продолжать род. Кроме родословных иногда издаются небольшим тиражом брошюры с названием наподобие «N-цы в Астане». Такие брошюры обычно включают основную информацию о мужчинах среднего и пожилого возраста – выходцах из определенного района, чаще всего сородичей, занимающих достаточно хорошие должности: имя, фото, краткая биография, место работы, контактные данные. Брошюры обычно распространяются среди тех, о ком содержится информация в ней. Обычно человек, у которого в домашней библиотеке имеется такое издание, стремится поддерживать уважительные отношения с сородичами и земляками, но как социальный капитал их не использует.

3. *стремление сохранить древний обычай, идущий из глубины тысячелетий.* Родословная может представлять культурный и социальный капитал не только в нашей стране, но и за ее пределами, т.к. у других народов в прошлом генеалогии были характерны только для аристократов.

4. *желание уберечь потомство от близкородственных браков,* когда браки до седьмого и даже до десятого колена считаются близкородственными. Казахи до сих пор воспринимают близкородственные браки почти как инцест и уверены в том, что в таком браке почти наверняка будут дети с генетическими отклонениями.

3 спикер

Кем и зачем востребованы родословные

Основная аудитория, которой предназначены родословные, – мужчины, считающие себя носителями традиционной культуры. В настоящее время потребность знать **жеті ата** снова становится нормой: практически каждый стремится открыть для себя историю своего происхождения, имена своих далёких предков. Знание родословной может помочь человеку в процессе самоидентификации, повысить его самооценку.

Вопросы для обсуждения:

Расскажите, что вы знаете о своих предках?

Что такое родословие?

Что означают слова «шежире», «жеті ата»?

Почему шежире можно назвать базовой практикой памяти? Какую информацию кроме имен предков оно несет?

Какие функции выполняло шежире в казахском традиционном обществе?

Кто и как хранил шежире раньше, как это происходит сейчас?

Назовите известных людей – авторов книг шежире.

Как вы понимаете тезис о том, что шежире является социальным и культурным капиталом? Как

меняется этот капитал в наше время?

Каковы причины сохранения обычая **жеті ата** в наше время?

Задания:

1. Создать экспертную группу из членов Клуба «Даналық мектебі».
2. Организовать онлайн флешмоб «Жеті ата» для всех учащихся (видеоролики с детьми и родителями про предков своего рода).
3. Собрать видеоматериалы и подвести итоги.

Дополнительное задание

Знаете ли вы своих «жеті ата» – предков до седьмого колена? Если нет, попробуйте узнать их, подготовить материал для детей на эту тему.

Нужны ли шежиры в наше время? Аргументируйте свое мнение: за или против.

Если шежире является социальным и культурным капиталом, то возможно ли, на ваш взгляд, отчуждение этого капитала? Считаете ли вы важными знания о предках?

Заключительная часть

Обмен мнениями с участниками встречи:

1. Что из сегодняшнего мастер-класса было вам интересно?
2. Какие истории вам понравились?
3. Какие факты вы хотели бы рассказать своим детям?
4. Какое бата вы хотели бы дать организаторам сегодняшней встречи?

ТЕМА 2. Традиции предков - наследие потомков

Форма проведения: мастер-класс

Цель: сохранение культурного наследия народа и преемственности поколений

Задачи:

1. развить у родителей потребность в использовании национальных ценностей и воспитательного потенциала старших поколений;
2. показать возможности использования духовных ценностей нации в семейном воспитании;
3. внести вклад в сохранение преемственности поколений.

План:

- 1) Приветствие (2 минуты)
- 2) Вступительное слово модератора. Информационная часть (5 минут)
- 3) Конкурс «БАТА» в группах (20 минут)
- 4) Конкурс «БАТА» в формате онлайн. Совместное обсуждение и создание экспертной комиссии из членов клуба «Даналық мектебі» (10 минут)
- 5) Заключение (7 минут)

Бата https://www.facebook.com/qazaquayl/videos/%D0%B1%D0%B0%D1%82%D0%B0-%D0%B1%D0%B5%D1%80%D1%83-%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5/516199018741083/?locale=ru_RU

Информационный блок

Вступительное слово модератора

Традиция «Бата» в казахской культуре и современные трансформации

Как известно, большой популярностью в современном мире пользуются аффирмации – утверждения, создающие позитивную установку, настрой на хороший сценарий событий. В культурных традициях Великой степи существовал своеобразный прототип позитивной мотивации – обряд «бата». Согласно словарю, бата – это доброе наставление, благословение, пожелание человеку счастья, успеха. На самом же деле функции и роль бата были намного шире. Слова благословения произносились не только в ключевые моменты жизни – при рождении ребенка, на свадьбе, при сватовстве, на Наурыз, перед важными походами или началом большого дела, но и в самые обычные дни.

Пожелания здоровья, благополучия звучали за дастарханом, перед кочевкой на джайляу, доением кобылиц, после ужина, угощения в гостях как благодарность за гостеприимство. Казахи свято верили в благодатную силу слова и, словно закрепляя созидательную силу бата, произносили

«Аумин» («Да сбудется, пусть будет так»), проводя руками по лицу. Начинать какое-либо дело, не получив бата, считалось плохим знаком.

Добрая традиция, рожденная из самых потаенных пожеланий и чаяний народа, стала неотъемлемой частью жизни степняков, в определенной степени влияя на их сознание, мировоззрение, стиль воспитания детей. Бата рождало веру в успех, выступало движущей силой, обозначая действия, усиливая намерения. Большой удачей и честью считалось получение бата (благословения) от уважаемых людей: бия, батыра, сказителя, старейшины рода. «Ақ бата» – так назывались слова напутствия и назидания из уст такого человека. Они обладали огромной силой влияния, мотивируя на успех, рождая крепкую веру в благополучный исход любого дела.

Благословенные слова служили своего рода оберегом от напастей, отдаляя беды и неудачи. Чести произносить бата достаивался далеко не каждый. Это было прерогативой старейшин, аксакалов, людей справедливых и уважаемых всеми, чья жизнь могла служить примером для других. Ценность и сила бата выросли многократно, если его произносил человек, обладающий каким-либо даром, талантом. Про таких уважительно говорили: «Аузы дуалы» – «тот, в чьих устах – пророчества». Услышать такое напутствие считалось огромной удачей.

Одним из нужных и главных для любого человека всегда являлось благословение родителей – ата-ана батасы. Традиционно бата своему ребенку родители давали перед дорогой, важным событием, в последние минуты своей жизни. Не получить благословения родителей приравнивалось к проклятью. Считалось, что особенную силу имеет бата от отца. Недовольный своим сыном или дочерью отец мог дать теріс бата и провести тыльной стороной ладоней по лицу. И горе пророчилось тому, кто услышал такое анти-бата. Казахи сторонились такого «проклятого». Яркий пример роли отцовского благословения для казахов описан в романе-эпопее «Путь Абая».

Тексты бата отличаются как содержанием, так и размерами. В большинстве своем это стихотворные формы, произносимые речитативом. Бата, как правило, запоминали и передавали из поколения в поколение как реликвию, нематериальную ценность.

Существовали и специальные фразы, служившие зачином к бата. К примеру, «Батам, батам батпасын, батам жерде жатпасын» – «Не лежать на земле моему бата, не утонуть ему, а достигнуть своей цели». Обычно в бата, помимо пожеланий удачи, успеха, присутствуют наставления, назидательные слова, несущие воспитательное значение. Завершается бата, как правило, жизнеутверждающей фразой, усиливающей эффект веры в непоколебимость исполнения всего сказанного.

Зародившаяся в глубине веков традиция сохранилась по сей день. Сегодня слова бата привычно звучат в адрес молодоженов, при новоселье. Сопровождают назидательные бата тусау кесер – перерезание пут, сундеттеу – процедура обрезания у мальчиков. Без слов бата не кладут младенца в колыбель – бесік. Также гость обязательно произносит бата хозяину дома после угощения.

Источник: Зарина Нокрабекова. Благословенные слова, «Казправда», 18 января 2017 г.

Основная часть

Конкурс бата «АТАҒНАН БОТА ҚАЛҒАНША БАТА ҚАЛСЫН»

Все участники делятся на группы по 2-3 человека.

Из предложенных вариантов путем жребия выбирают темы для бата (для дастархана, для ребенка, для праздника)

Подготовка к выступлению (5 минут)

Приветствуется использование художественных образов, героев произведений, персонажей сказок и пр.

Инструкция для участников:

Участники путем жеребьевки выбирают один из типов бата/благословения (для дастархана, для ребенка, для праздника) на свободную тему. В их числе - благословения для маленьких детей, родственников, в честь дня рождения и перед дальней поездкой. Все участники должны показать свое мастерство и красноречие. При оценке участников особое внимание уделяется богатству языка, мастерству благословения, актерскому и национальному образу. Бата произносится на любом языке, с переводом значения.

Выступления участников. Представитель каждой группы предлагает на конкурс три бата на свободную тему по указанным направлениям (дастархан, дети, праздник). Например, бата для

гостей, бата для ребенка перед экзаменом, бата для молодоженов.

Подведение итогов

По итогам конкурса создается экспертная комиссия для проведения конкурса БАТА в формате онлайн.

Продолжение конкурса в онлайн формате среди всех родителей

Условия конкурса:

1. Записать видеоролик с бата-благословением для своего ребенка (когда он собирается в школу, принимает пищу, готовится к важным соревнованиям, собирается в дальнюю дорогу и т.д.).
2. Все подготовленные видеоролики просматривает экспертная комиссия из членов Клуба «Даналық мектебі».
3. Итоги конкурса подводятся и оглашаются на очередном заседании Клуба «Даналық мектебі».

Заключительная часть

В качестве рекомендаций предлагаем вам познакомиться с современными и традиционными бата у казахов.

https://www.youtube.com/watch?v=Fh7k6sYKa_Y

Құнанбайдың "Асыл Батасы"

<https://www.youtube.com/watch?v=G5FLntSJio8>

<https://www.youtube.com/watch?v=oNkoiSАНсck>

<https://www.youtube.com/watch?v=YSbT8cG6WvQ> (современные музыкальные бата)

Обмен мнениями с участниками встречи

1. Что из сегодняшнего мастер-класса было вам интересно?
2. Какие бата вам понравились?
3. Какие бата вы хотели бы выучить и говорить своим детям?
4. Какие бата вы можете использовать на торжественных мероприятиях?
5. Какое бата вы хотели бы дать организаторам сегодняшней встречи?

ӘЖЕ ДАНАЛЫҒЫ

ТЕМА 1. Ертегі – танымның көзі/Сказка – источник познания

Форма проведения: *Конкурс бабушек по рассказыванию сказок*

Конкурс бабушек по рассказыванию сказок – это замечательное событие, объединяющее разные поколения и передающее богатое сказочное наследие. Сказка – один из основных жанров фольклора. Жанр сказки – это развитая, художественно оформленная форма народной прозы, т. е. фольклорно-художественная проза. В этом уникальном соревновании участницы делятся своими умениями рассказывать волшебные истории, погружая слушателей в мир фантазии и приключений. Это не только возможность для бабушек поделиться своими знаниями и опытом, но и способ воссоздать атмосферу тепла и уюта, которая так часто ассоциируется с родными бабушками. Конкурс способствует сохранению и передаче ценных традиций, а также укреплению связи между поколениями.

Приглашенные: ученые, творческие личности.

Название: «Ертегі – танымның көзі»

Цель: *развитие навыков бабушек по применению сказок в воспитании внуков*

Длительность: 2 часа

План

Открытие мероприятия:

1. Ведущий приветствует гостей и участников.
2. Вводная речь о важности передачи культурных ценностей через сказки и роль бабушек в этом процессе.

Действенным средством в воспитании ребенка является сказка. Дети нуждаются в ярких, интересных событиях для построения качественного обучения и воспитания. Тут и приходит на помощь сказка, которая помогает обучать и воспитывать ребёнка так, чтобы он об этом даже и не догадывался. Назначение сказки – не только развлечение, но и извлечение нравственных уроков. Необходимо правильно понять «намеки» сказки и правильно донести ее смысл до слушателей. Сказка по своей сущности отвечает природе маленького ребенка, близка его мышлению, представлениям о добре и

зле. Сказки помогают детям разобраться, что такое хорошо, а что - плохо, отличить добро и зло. Из сказки дети получают информацию о моральных устоях и культурных ценностях общества. Расширяют кругозор, развивают речь, фантазию, воображение. Сказки развивают в детях нравственные качества, доброту, щедрость, трудолюбие, правдивость. Формирование нравственных понятий – это очень сложный и длительный процесс. Он требует постоянных усилий, систематической и планомерной работы по формированию чувств и сознания детей. Важно научить ребенка общаться, взаимодействовать с окружающими.

Конкурс сказок:

1. Ведущий представляет каждую участницу- бабушку.
2. Конкурс: **Отгадай музыку.** Из какой сказки данная мелодия? Слушая песню без слов, бабушки должны отгадать, из какой она сказки? На каждую песню даётся по полминуты.
3. Конкурс: **Кто знает больше сказок?** Бабушки делятся на 2 команды и должны назвать сказки, которые они знают, при этом нельзя повторяться. Чья команда назовёт больше сказок, та и побеждает.
4. Мастер-класс по рассказыванию сказок:
 - а) профессиональный рассказчик проводит мастер-класс;
 - б) эксперт дает советы по выразительному чтению и созданию атмосферы во время рассказа.
2. Бабушки подходят к микрофону и рассказывают сказку на выбор. Время для каждой рассказчицы – 5-7 минут.

Критерии оценивания участников:

№	Критерии	Баллы
1.	Выразительные интонации: плавный темп, наличие пауз, изменение высоты и силы голоса при передаче диалогов сказочных героев и пр.	0-5
2.	Оригинальность в передаче сюжета, действий, образов сказочных персонажей	0-5
3.	Использование различных средств выразительности: синонимы, образные выражения, олицетворения, эпитеты, метафоры и пр.	0-5
4.	Проявление собственной фантазии (придумывание необычных героев, их действий, необычного сюжета и др.)	0-5

Перерыв:

Чаепитие или концертный номер

Финал и награждение:

1. Участницы выходят на сцену
2. Ведущий благодарит их за участие
3. Награждение по номинациям: **"Самая яркая сказочница", "Самая оригинальная интерпретация", "Самая трогательная история»** и т.д.
4. Вручение грамот, цветов и небольших подарков.

Завершение:

1. Ведущий завершает мероприятие, поблагодарив всех за участие.
2. Фуршет, участницы делятся своими впечатлениями.

ТЕМА 2: «Народные суеверия и запреты – основа порядочности»

Форма проведения: интерактивная лекция

Цель: Раскрытие воспитательного потенциала народных суеверий и запретов как элемента культурного наследия народа

Задачи:

1. Стимулировать интерес родителей к изучению роли нравственных запретов народа в воспитании порядочности у детей
2. Формировать целостное представление о содержании народных суеверий и запретов, их воспитательном потенциале
3. Содействовать формированию практических навыков воспитания детей с использованием разумных ограничений

План:

Введение

Приветствие аудитории и представление темы лекции

«Воспитываясь в казахском ауле,

я освоил и основные казахские запреты.

Эти каноны поведения мудры и убедительны.

Знать их не мешает и инонациональным гражданам».

Герольд БЕЛЬГЕР.

Из книги «Казахское слово»

Тезисы лекции

Древние жители Великой степи за века выстрадали своеобразные правила поведения. Запреты – одна из сторон народной педагогики тех, кого в мировой истории привыкли называть кочевниками. С их помощью старшие в ненавязчивой форме передавали значимость жизненных ценностей подрастающему поколению. Поведение человека всегда было его лицом в обществе. Многовековой жизненный путь казахов выработал определенный свод правил этики поведения в обществе. Через запреты казахи преподносили подрастающему поколению уроки: чего можно делать, а чего нельзя, потому что за каждым поведением стоит та или иная неприятная сторона бытия. Суеверие есть вера в действие сил, необъяснимых законами природы, которые оказывают благотворное или вредное влияние на жизнь людей и домашних животных, а также определяют известные явления природы (погоду, рост, рождение, смерть).

Суеверия пронизывают культуру и повседневную жизнь, оставаясь неотъемлемой частью бытия. Несмотря на то, что многие из них не имеют научного обоснования, они устойчивы и существуют уже множество столетий.

Психологи утверждают, что люди склонны создавать связи и ассоциации между различными объектами или символами и своими мыслями, чувствами и действиями. Как правило, эти ассоциации формируются на основе жизненного опыта или убеждений, а не обоснованных фактов.

Как отмечают специалисты, суеверия часто формируются ещё в детстве. В этом возрасте мы только начинаем понимать мир вокруг нас и, часто не имея достаточного опыта или знаний, пытаемся объяснить необъяснимое.

Многие суеверия связаны с культурными и семейными традициями. Они передаются из поколения в поколение и становятся неотъемлемой частью нашей идентичности. Мы видим их как нечто обыденное и не задумываемся об их источнике или логичности. Эти суеверия становятся частью повседневной рутины и способа взаимодействия с миром.

Поверья могут также возникать из стремления к контролю над окружающим миром и ситуациями, которые кажутся непредсказуемыми или страшными.

Суеверия чрезвычайно разнообразны и связаны с различными аспектами жизни. В разных культурах и регионах мира существуют свои уникальные суеверия и предрассудки.

Важно помнить, что они не являются негативными сами по себе, а часто несут скрытый смысл и культурное значение. Они могут быть интересными элементами фольклора и традиций, что делает их неотъемлемой частью мировой культурной мозаики.

1. Понятие народных суеверий и запретов (мозговой штурм)

- Определение народных суеверий и запретов

- Примеры из разных культур и эпох, чтобы подчеркнуть их разнообразие и универсальность

2. Роль суеверий и запретов в формировании порядочности (SWOT-анализ)

- Обсуждение, как суеверия и запреты могут влиять на поведение людей и их отношение к правилам

и нормам

- Рассмотрение того, какие ценности и качества поддерживаются через соблюдение суеверий и запретов



S (strengths) – сильные стороны

W (weaknesses) – слабые стороны

O (opportunities) – возможности

T (threats) – угрозы

3.Примеры конкретных суеверий и запретов (метод FILA)

- Предоставление конкретных примеров народных суеверий и запретов из разных культур
- Анализ того, какие уроки они могут дать нам сегодня

Факт	Идея	Вопрос	Действия
Отпен ойнама – не играй с огнем			
Жасы үлкеннің сөзін бөлме – в разговоре не перебивай старших			
Ақты төкпе – не выливай молочную продукцию			
Босағада отырма – не садись у порога			
Құстың ұясын бұзба – не разоряй гнездо птицы			
Бүйірінді таянба – не упирайся в бедра			
Аяқ-киімді төңкерме – не переворачивай обувь			
Бесікті ашық қалдырма – не оставляй колыбель открытой			

4. Критический взгляд на суеверия и запреты (дискуссия)

- Обсуждение того, какие суеверия и запреты могут быть необоснованными или даже вредными
- Подчеркивание значимости критической мысли и разумного подхода к традициям

Заключение

Суеверия — это результат сложного взаимодействия культуры, семейных традиций и психологических особенностей человека. Они могут служить способом обретения уверенности и контроля в сложных ситуациях, а также поддерживать связь с культурным наследием и идентичностью.

Как видим, запреты служили людям неким компасом правильного поведения в океане событий и оберегали их от неправильных поступков.

Рефлексия

«Корзина идей»

Слушатели записывают на листочках свое мнение о занятии, все листочки кладутся в корзину (коробку, мешок), затем выборочно зачитываются мнения и обсуждаются ответы.

ТЕМА 1: Ел ағасыз болмас, көл жағасыз болмас

Форма проведения: дискуссия

Цель: популяризация роли старшего брата как защитника, опоры и наставника младших братьев и сестер

Задачи:

1. Обсудить роли и возможности старших детей в семье
2. Определить важные аспекты и ответственность старших детей в воспитании младших
3. Содействовать формированию образа старшего брата как примера для подражания, наставника

План:

- 1) Приветствие (5 минут)
- 2) Вступительное слово модератора. Информационная часть (5 минут)
- 3) Дискуссия на тему «Ағадан ақыл, атадан нақыл»/ «Мудрость от старших» (25 минут)
- 4) Заключение (10 минут)

Информационный блок

<https://www.youtube.com/clip/UgkxOZa8puc7REqrWl99G-q-qD8WInPOXy1N>

Ф.Онгарсынова «Ағалар»

Общий основополагающий принцип взаимоотношений внутри казахской семьи – это принцип «үлкен-кіші» (старший – младший), который является основой воспитания у казахов. Он означает, что старший член семьи должен осознавать свой статус и быть позитивным примером для младшего, а младший должен уважать старшего и брать с него пример. Человек, воспитанный в соответствии с этим принципом, воспринимает его как универсальный: с уважением надо относиться к любому более старшему человеку, а тот в свою очередь вправе рассчитывать на уважение тех, кто моложе. Поэтому и в общественных местах молодых людей, воспитанных в соответствии с принципом «үлкен-кіші», не нужно просить уступить место пожилому человеку, помочь ему донести сумку или перейти улицу.

В казахском языке нет таких понятий как «племянник-племянница» и «дядя-тетя», «Аға» – это и родной, и двоюродный брат, и дядя. Соответственно, «апа» – это и сестра, и тетя. Так, видимо, сложилось из-за особенностей уклада жизни казахов, где из-за высокой смертности близкородственные семьи старались жить рядом и всячески поддерживать друг друга. В случае смерти родителей, их детей забирали к себе на воспитание их брат или сестра, то есть дядя или тетя детей. Поэтому сознательно не делалось различия между родным братом или дядей, и того, и другого ребенок одинаково называл «аға». Эта традиция отражает особую систему взаимной ответственности родственников за потомство во имя будущего, во имя выживания подрастающего поколения: ни один ребенок не должен остаться беспризорным, брошенным на произвол судьбы.

Примером благотворного влияния этой традиции на судьбы детей может служить биография писателя, драматурга, ученого Мухтара Омархановича Ауэзова (1897-1961). Он рано лишился родителей: отец Омархан умер, когда мальчику было всего 3 года, мать Нуржамал – когда ему было пятнадцать. Маленького Мухтара воспитывал дядя Касымбек, который заботился и об образовании племянника: сначала дядя отдал Мухтара на учебу в медресе, а затем устроил в пятиклассное городское русское училище в Семипалатинске на земскую стипендию Чингизской волости. Это образование способствовало началу творческой деятельности писателя.

Если казахский язык не разделяет старших родственников, то к своей младшей сестре мужчина и женщина обращаются по-разному. Казах называет младшую сестру «қарындас», а казашка ее назовет «сіңілі».

Слово «қарындас» (букв. «единоутробная») означает, что старший брат должен осознавать свою родственную ответственность за нее. Старший брат имеет особое право участвовать в судьбе сестренки, в разумных пределах, разумеется. Однако там, где даже родители не имеют права голоса, старший брат может принять в отношении нее радикальные меры. Например, забрать сестренку из дома мужа, если ее там обижали. Или наказать саму сестренку, если она того заслужила. Впрочем, девочку-девушку в родном доме обычно берегли и баловали, поэтому наказания родного брата были

чем-то условным. Зато женщина в любом возрасте имела право обратиться за помощью к старшему брату. Тот был обязан оказать посильную помощь в любой ситуации. При отсутствии родного брата, такую помощь мог оказать двоюродный брат или дядя.

В казахских семьях всегда был очень высок авторитет старших поколений, развито уважение к старости и старейшинам. Стареющих, теряющих физические силы, болеющих родителей принято поддерживать, уход за ними до последнего дня считается долгом детей (как правило, ответственность по уходу за престарелыми членами семьи лежит на их первом внуке или его родителях).

Есть у казахов такая пословица «Ағасы бардың – жағасы бар, інісі бардың – тынысы бар» (букв. «У кого есть старший брат – у того есть воротник, у кого есть младший брат – у того есть покой»). Иначе говоря, имеющий старшего брата обеспечен, а имеющий младшего – спокоен. Это пословица отражает особую роль братьев по отношению друг к другу. Старший обязан материально позаботиться о младшем брате, а тот в свою очередь обязан освобождать старшего от мелких дел и забот. Причем такая система отношений не прекращалась и после женитьбы братьев и обретением ими своих семей.

Отдельно следует рассмотреть традиции, связанные с характером воспитания детей в казахской семье. Так в рамках диссертационного исследования казахстанский психолог А.Д. Давлетова изучала психологические особенности развития личности в многодетных казахских семьях. Особое внимание в работе уделялось анализу проблемы казахской семьи, как варианту традиционного типа и функциям детей разных порядков рождения. В традиционных типах семей выделяется характерный прием воспитания, получивший название «аталычество» (от тюркского «ата» – отец, старшее лицо, выступающее в роли отца) (А.Т. Бекмуратова, 1967; Х.М. Думанов, Я.С. Смирнов, 1999; Н.А. Кисляков, 1969; И.С. Кон, 1988 и др.). Традиционно казахи, в отношении к старшим детям, применяют обычай, характерный и для некоторых других народов, который состоит в инициации старшего ребенка в семью «старших родителей» (деда), в результате чего психологически изменяется статус этого ребенка. При воспитании в семье прародителей (бабушек и дедушек) у ребенка вырабатываются особые личностные качества, необходимые ему затем как старшему для выполнения роли координатора и позволяющие более критично и рефлексивно относиться к членам семьи своих прямых родителей. Ведь на старшего ребенка в семье ложится ответственность за воспитание и социальную поддержку своих младших братьев и сестер.

Основная часть

Ведущий представляет участников дискуссии. На встречу в Клубе «Даналық мектебі» рекомендуется пригласить учеников старших классов, выпускников школы, спортсменов-тренеров, педагогов дополнительного образования, учителей-мужчин и т.д.

Вопросы для обсуждения:

(Необходимо заранее отправить конкретные вопросы каждому гостю в отдельности, чтобы он имел возможность подготовиться)

1. Как вы думаете, в чем состоит роль старшего брата?
2. Как изменилось это понимание в наше время?
3. Как можно сопоставить роль старшего брата и идею гендерного равенства?
4. Расскажите, кто из старших наставников повлиял на ваше становление, выбор профессии?
5. Какие традиции вы считаете актуальными сегодня, а какие - устаревшими? (Бауырына салу – отдавать старшего ребенка на воспитание ата и аже; немере-жиен – кто важнее; калын мал; аттаргеу и др.)
6. Қонақ қаде – традиция, в соответствии с которой хозяин дома имеет право попросить гостя спеть песню или сыграть на музыкальном инструменте. Қонақ қаде - испытание гостя искусством, а также залог веселого настроения. Попросим наших гостей рассказать интересную историю о себе, своей профессии, семье.
7. Бастанғы (старинный аналог современных молодежных вечеринок. Традиционно подобные торжества проводились сразу же после отъезда взрослых. Во время бастанғы, гости, как привило, высказывали только одно пожелание - чтобы в дороге путников сопровождала удача и не настигла болезнь.)
– Кому из вас знаком этот обычай, и как его можно праздновать сегодня?

Задания:

- Создать экспертную группу из членов Клуба «Даналық мектебі»
- Организовать онлайн флешмоб для всех учащихся (видеоролики с детьми и родителями про своих наставников - агалар)
- Собрать видео и подвести итоги

Заключительная часть

Обмен мнениями с участниками встречи:

- Что из сегодняшней встречи было вам интересно?
- Какие истории вам понравились?
- Какие факты вы хотели бы рассказать своим детям?
- Какое бата вы хотели бы дать организаторам сегодняшней встречи?

ТЕМА 2. «Ел силарлық бағаң болмаса, елге аға болдым деме» (Әзілхан Нұршайықов)

Форма проведения: круглый стол

Цель: воспитание у старших братьев качеств наставника, проявлений ответственности, доброты и заботы в отношении младших

Задачи:

1. Прививать старшим братьям чувство ответственности за младших
2. Определить качества личности старшего брата как надежной опоры для младших
3. Формировать практические навыки заботы и поддержки, соответствующие ролевой модели старшего брата

План:

- 1) Приветствие (5 минут)
- 2) Вступительное слово модератора. Информационная часть (5 минут)
- 3) Круглый стол «Ағаның сәні – інімен. Мой старший брат» (25 минут)
- 4) Заключение (10 минут)

Информационный блок

Старшего ребенка зачастую отдают родителям отца. Считается, что при воспитании у дедушки и бабушки ребенок становится более ответственным, перенимая мудрость и опыт старших. А так как старший ребенок в семье является примером для младших братьев и сестер, такой формат воспитания является наиболее предпочтительным.

В обязанность родителей входило воспитание детей должным образом, что в определенной мере гарантировало им благополучное будущее. Родители старались привить детям позитивные качества, трудовые и творческие (музыкально-поэтические, ремесленные) навыки, морально-нравственные ценности, понятия о жизненных приоритетах, философское мировосприятие. В связи с этим у казахов, как и у других народов, существует поговорка: «Смотря на мать, бери в жены дочь», «Сын растет, глядя на отца».

Грубое отношение детей к родителям считалось позорным явлением и расценивалось традиционным обществом как своего рода преступление; считалось, что хорошее будущее перед неблагодарными детьми закрыто. Детям и взрослым запрещалось говорить со своими родителями, сидя в небрежной позе (скрестив ноги или широко расставляя их, опираясь на спинку стула), спорить с родителями, повышать на них голос или грубить им. Следовало почитать и уважать родителей, считаться с их мнением, спрашивать их совета, даже живя отдельной семьей. В былые времена выбор жениха или невесты также определяли родители.

Молодой джигит не мог отказать в просьбе старшим родственникам не только из своей семьи, рода, но даже из другого этноса. Это приводило иногда к злоупотреблениям старшим поколением народными традициями, о чем писал Абай: Сақалын сатқан кәріден, еңбегін сатқан бала артық («Чем спекулирующий бородой старик, лучше ребенок, добывающий своим трудом»).

Как было сказано, казахская семья отличалась строгой структурированностью, что облегчало главе семьи управление ею и позволяло сохранять семейные устои. Иерархия места, занимаемого в семье детьми, зависела от их возраста, а также от того, от какой жены они родились.

Старший брат (аға) в семье занимает второе место после родителей. Он ответственен за младших, являясь их защитником и примером для подражания. Став совершеннолетним, старший сын мог быть и советчиком отцу. Младшие братья и сестры обращались к нему не по имени, что

было запрещено, а лексемами **аға** или **ағатай**. Сестры были по отношению к старшему брату несколько застенчивы, поэтому вели себя подобающим образом и одевались по всем правилам. Развязность в кинетическом или вербальном отношении была недопустима, на нее старший брат мгновенно реагировал и строго отчитывал. О значимости в семье старшего брата говорят казахские пословицы и поговорки: «У кого есть старший брат, у того есть опора», «Дом старшего брата – широкое пастбище», «Пусть плох мой рукав, зато хорош воротник» (т. е. пусть я сам плох, зато хорош мой старший брат), «Чем быть старшим братом нескольких глупцов, лучше быть младшим братом одного умного». Старшие братья называют младших братьев **бауырым**, а старшие сестры – **інім**. Младшие братья и сестры, относясь с почтением и уважением к старшему брату, готовы были всегда быть ему опорой, а он должен был заботиться о них и нести ответственность за их здоровье, нравственность и благополучное будущее. В осиротевшей семье старший брат брал на себя все заботы о младших. Имеется множество примеров, когда старший брат жертвовал своим будущим, чтобы дать образование младшим.

Исследователь культуры Кабакова Майра в статье «Ценности и традиции современной казахской семьи» пишет: «...Особое положение в семье занимал самый младший сын (кенже), наследующий жилище родителей (қара шаңырақ), которые были на его попечении до конца их жизни. Старшие сыновья ценили членов семьи и семейные отношения настолько высоко, что за кенже готовы были отдать жизнь. При забое зимнего скота следовало отдавать ему определенную долю мяса (сыбаға). Такое отношение к младшему брату отражено в разных вариантах одной казахской притчи. Суть ее сводится к тому, что старший брат (старшая сестра) во время нашествия врага спасают младшего брата, жертвуя при этом жизнью собственного ребенка. Такое отношение к младшему брату обосновано жизненной целесообразностью. Родители, когда они еще дееспособны, помогают становлению семей старших сыновей, которым выделяют определенные наделы, а на младшего у них может не хватить и сил, и жизни. Именно поэтому свое имущество родители оставляют младшему сыну, на котором лежит святая обязанность содержать их и ухаживать за ними. В традиционных типах семей выделяется характерный прием воспитания, получивший название «аталычество» (от тюркского «ата» – отец, старшее лицо, выступающее в роли отца) (А.Т. Бекмуратова, 1967; Х.М. Думанов, Я.С. Смирнов, 1999; Н.А. Кисляков, 1969; И.С. Кон, 1988 и др.). Традиционно казахи, в отношении к старшим детям, применяют обычай, характерный и для некоторых других народов, который состоит в инициации старшего ребенка в семью «старших родителей» (деда), в результате чего психологически изменяется статус этого ребенка. При воспитании в семье прародителей (бабушек и дедушек) у ребенка вырабатываются особые личностные качества, необходимые ему затем как старшему для выполнения роли координатора и позволяющие более критично и рефлексивно относиться к членам семьи своих прямых родителей. Ведь на старшего ребенка в семье ложится ответственность за воспитание и социальную поддержку своих младших братьев и сестер. По мнению ученого, в современном казахском обществе этот обычай уже не имеет такого обязательного характера (сохраняясь, в основном, в сельской местности). В городских условиях жизни, применение обычая часто вызывает несогласие членов семьи. Основным аргументом является несоответствие возможностей стариков в подготовке ребенка к современным условиям жизни в обществе. Нередко встречаются ситуации возврата первенцев в семью родителей. Однако, специальных исследований, посвященных анализу данного обычая в казахской культуре (аталычество), автором не обнаружено. Также в семейных отношениях казахов весьма интересным и важным является право на наследство отца (акемурасы). Согласно традиции, младший сын не образует самостоятельного хозяйства, а остается наследником отцовского очага – кара шаңырақ (Ж.О. Артыкбаев, 2001). Обычно наследство завещается устно, при свидетелях. На младшего сына вместе с тем возлагается и забота о престарелых родителях. Прежде исполнение этого обычая строго соблюдалось...»

Основная часть

Круглый стол «Ағаның сәні – інімен. Мой старший брат»

На встречу клуба «Даналық мектебі» рекомендуется пригласить учеников старших классов, выпускников школы, спортсменов-тренеров, педагогов дополнительного образования, учителей-мужчин и всех, кто является авторитетом для школьников.

Вопросы для обсуждения:

(необходимо заранее отправить вопросы конкретно каждому гостю, чтобы он имел возможность подготовиться)

1. Как вы думаете, за какие качества уважают старшего брата?
2. Какие навыки и черты характера важны были для **аға** в старину и как они изменились в наше время?
3. В чем может выражаться поддержка старшего брата для мальчиков и для девочек?
4. Кого из своих наставников вы хотите поблагодарить и за что?
5. Расскажите, кто из старших наставников повлиял на ваше становление, выбор профессии?
6. Қонақ қаде – традиция, в соответствии с которой хозяин дома имеет право попросить гостя спеть песню или сыграть на музыкальном инструменте. Қонақ қаде – испытание гостя искусством, а также залог веселого настроения. Попросим наших гостей рассказать интересную историю о себе, своей профессии, семье.
7. Бастанғы – старинный аналог современных молодежных вечеринок. Традиционно подобные торжества проводились сразу же после отъезда взрослых. Во время бастанғы гости, как привило, высказывали только одно пожелание – чтобы в дороге путников сопровождала удача и не настигла болезнь.
 - Кому из вас знаком этот обычай, и как его можно праздновать сегодня? (мастер-класс от участников круглого стола)

Задания:

1. Создать экспертную группу из членов Клуба «Даналық мектебі»
2. Организовать онлайн флешмоб для всех учащихся (видеоролики с детьми и родителями про своих наставников – агалар, рассказывающие о конкретных достижениях в спорте, учебе и пр. Чему научили **ағалар** своих подопечных с прошлого флешмоба?
3. Собрать видеоматериалы и подвести итоги.

Заключительная часть

Обмен мнениями с участниками встречи:

1. Что из сегодняшней встречи было вам интересно?
2. Какие истории вам понравились?
3. Какие факты вы хотели бы рассказать своим детям?
4. Какое бата вы хотели бы дать организаторам сегодняшней встречи?

ЖЕНГЕ КЕҢЕСІ

ТЕМА 1. Секреты из жизни девушки

Цель: Формирование ценностного отношения к миссии жеңге по воспитанию девочек

Задачи:

1. Развивать стремление оказывать поддержку девочке (девушке) в развитии активной жизненной позиции и уверенности в себе
2. Расширять и углублять представления жеңге о своей роли в воспитании и развитии своей подопечной
3. Способствовать развитию доверительных отношений между жеңге и девочкой(девушкой)

Формат: Кейс-стади

Ход занятия: Ознакомление с целью и задачами тренинга

Для общей атмосферы рекомендуется включить музыку, стимулирующую творчество и вдохновение участниц <https://www.youtube.com/watch?v=eU8bzewbzzs>

1. Слово модератора

Добрый день, дорогие жеңгелер! Добро пожаловать в наш Клуб! Все мы знаем, насколько важно каждой из нас быть опорой и поддержкой для детей. Сегодня мы рассмотрим роль жеңге в семейном воспитании. Надеюсь, что на сегодняшнем занятии вы узнаете много нового и полезного для себя!

2. Знакомство

Участницы по кругу называют свои имена следующим образом: 1-ая участница называет своё имя и придумывает на первую букву своего имени слово, характеризующее её (например, Ажар – ақылды, Бота – байсалды и т.д.)

3. Ситуация 1

Цель: найти самый благоприятный выход из ситуации

Ваша золовка Алия учится в 5 классе. В последнее время Вы стали часто замечать то, что она с утра не умывается, не расчёсывается и не чистит зубы. Встает и сразу идет кушать, далее одевается и выходит из дома. На днях вы увидели у нее длинные грязные ногти. Родители заняты работой и младшими детьми, Алие некому уделить внимание. Что Вы можете сделать в данной ситуации?

4. Рефлексия

1) Какие еще похожие ситуации бывают? С какими Вы непосредственно сталкивались в своей жизни? Удалось ли вам найти правильные решения?

2) Как, на Ваш взгляд, следует поступать родителям в таких ситуациях?

3) Какой вклад как жеңге Вы можете внести в воспитание и формирование девочки/мальчика?

Вывод: Жеңге всегда, мягко и доходчиво, может объяснить подростку значение личной гигиены. Расскажет, как важно находить время и силы для ухода за собственным телом. Жеңге может поспособствовать повышению мотивации ребенка не только в вопросах соблюдения личной гигиены, но и во многих других аспектах жизни.

5. Решение кроссворда на казахском языке

									Ж	а	н	а	ш	ы	р
А	ғ	а	м	н	ы	ң		а	й	Е	л	і			
							т	а	Ң						
									Г	ү	л				
							К	Е	С	Е					

1) Әрқашан жаны ашып, көмектескісі келіп тұрады (синоним)

2) Жеңге іні/сіңілі/қарындастарға кім болып келеді?

3) Жеңгелер тұратын уақыт қалай аталады?

4) Жеңгеменің 8 наурызға алатын сыйлығы?

5) Жеңгенің үйде ең жиі ұстайтын заты?

6. Ситуация 2

Цель: помочь девочке справиться с любой стрессовой ситуацией

Жанель пришла домой сильно заплаканная и сразу зашла к себе в комнату. Все были в недоумении, так как не прошло и часа, как она ушла в школу, которая находится поблизости. В течение часа она никого не впускала к себе, закрыв дверь комнаты на замок. Когда домашние разъехались по своим делам, она рассказала своей жеңге о том, что случилось с ней на уроке физкультуры. Вся одежда Жанель оказалась испачканной из-за начавшейся раньше времени менструации. Сокласники, увидев то, что с ней случилось, стали над ней смеяться. Ей не оставалось выхода, кроме как убежать с урока. (Жанель учится в 9 классе).

7. Рефлексия

1) Как вы думаете, сможете ли Вы помочь ребенку в такой ситуации?

2) Почему так важна роль жеңге в такие моменты?

Вывод: Жеңге всегда выслушает и поддержит, даст совет и поможет понять причину проблемы. Посоветует поступать так, чтобы подобные ситуации не повторялось. Она посоветует как быть более стрессоустойчивой и находчивой в разных жизненных ситуациях.

8. Песня «Жеңешем» группы «Музарт»

(Перед прослушиванием рекомендуется задать вопрос: О каких ценных качествах жеңге упоминается в тексте песни)

Мінезі гүлдей жеңешем

Жап жарық күндей жеңешем

Мұңайды менде қаламын

Сен жүрсен күлмей жеңешем

Биік күн болған жеңешем

Сүйікті болған жеңешем

Басымыздағы бақытқа

Ұйытқы болған жеңеше

Қайырмасы:

Ай ай жеңешем
Мінезі балдай жеңешем
Ай ай жеңешем
Көңілің жаздай жеңешем

Батасын алып әкемнің
Береке болған жеңешем
Қызығын болып осы үйдің
Мереке болған жеңешем
Құшағын әркез саялап
Баламдай болған жеңеше
Еркелеп менде аялап
Анамдай болған жеңешем

Қайырмасы:

Ай ай жеңешем
Мінезі балдай жеңешем
Ай ай жеңешем
Көңілің жаздай жеңешем
Ай ай жеңешем
Мінезі балдай жеңешем
Ай ай жеңешем
Көңілің жаздай жеңешем

Ай ай жеңешем
Ай ай жеңешем
Ай ай жеңешем
Мінезі балдай жеңешем
Ай ай жеңешем
Көңілің жаздай жеңешем

<https://www.youtube.com/watch?v=OsmrfGliFJs>

По завершении прослушивания называем наиболее ценные качества жеңге, упомянутые в тексте песни.

Ситуация 3

Цель: найти оптимальное решение.

Взрослых вызвали в школу. Оказывается, Дарига сильно подралась с девочкой по классу. Папа Дариги живёт с другой семьей, а мама погибла, когда ей было всего 3 года. Опекун Дариги – её родной старший брат (ваш муж). Именно он попросил вас поехать в школу. Приехав в школу вы видите избитую Даригу и разорванную школьную форму, на которую вы потратили последние деньги.

9. Рефлексия





- 1) Какой будет Ваша реакция?
- 2) Какую реакцию ждёт от Вас Дарига?
- 3) Как можно разрешить эту ситуацию и выяснить кто виноват в случившемся?

Вывод: Жеңге может быть второй мамой. Ласковой, понимающей, любящей. Она поможет разобраться в любой ситуации и разрешить конфликт разного типа. Жеңге расспросит всё о произошедшем, выслушает и сделает правильный разбор ситуации. Сможет выявить кто был прав, а кто – нет, из-за чего произошла такая ситуация. Поможет извлечь ценный урок и объяснит как избежать подобных ситуаций в будущем.

ТЕМА 2. Жеңгелер мектебі

Хронометраж	Содержание
1 минута	Знакомство
2 слайд	<p>Об особом отношении к женщинам говорит и огромное количество пословиц и поговорок. Например:</p> <p>Қыз әкесіне – жұлдыз, Анасына – күн. Дочь для отца – звезда, Для матери – солнце.</p>
3 слайд	Социальные роли казахской девушки. На каждом этапе взросления повышается ее статус.
4 слайд	<p>Взаимоотношения между снохой и невесткой предусматривали обеспечение физической безопасности, психологического комфорта, полового и эстетического воспитания.</p> <p>Физическое воспитание. Наблюдение и присмотр за молодыми, особенно девушками, негласно было ответственностью снох. Ведь они были очень дружны с сестрами мужа. Всеми своими секретами девушка обычно делилась именно со снохой. А та, в свою очередь, в рамках этикета предостерегала золовку от необдуманных поступков. На праздники, застолья, игры зрелищного характера, которые способствовали общению юношей и девушек, родители отпускали дочерей в сопровождении снох.</p> <p>Вместе с тем девушка делилась своими сокровенными тайнами с невесткой и прислушивалась к ее советам об особенностях взаимоотношений между парнями и девушками.</p>
	<p>Одним из красивых обычаев называется «Аттергеу». Прежде всего, уважение между снохой и золовкой начиналось с того, что сноха давала разные имена девушкам в своей семье, при этом не называя их по имени. Сноха могла ориентироваться на отличительные особенности внешнего вида золовки при выборе имени. Это такие красивые имена как Күлімкөз, Еркежан, Еркекыз, Айнамкөз.</p> <p>Вопросы для обсуждения: ВСПОМНИТЕ, КАК НАЗЫВАЛА ВАС НОВОИСПЕЧЕННАЯ НЕВЕСТКА В ВАШЕЙ СЕМЬЕ? ПРИДЕРЖИВАЛИСЬ ЛИ ВЫ ЭТОЙ ТРАДИЦИИ?</p> <p>Работа в группах: ПРИДУМАЙТЕ РАЗНЫЕ ИМЕНА СВОЕМУ ПАРТНЕРУ, ПОДЧЕРКИВАЯ ЕЕ ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ЧЕРТЫ. ПОДЕЛИТЕСЬ СО ВСЕМИ.</p>
8 слайд	<p><i>Казахская национальная кухня соткана из традиций и обычаев, в ней каждый продукт имеет свое особое значение и предназначение. Изучение ее истории и особенностей развития может послужить основой для большого научного исследования. Поэтому мы решили остаться в современности и узнать, что осталось от традиционной казахской кухни в XXI веке.</i></p> <p>Казахскую кухню отличают три качества — рациональность, экологичность и полезность. Рациональность — потому что продукты идут впрок, ничего не выбрасывается, мало того — делаются заготовки, которые даже усиливают некоторые полезные свойства продуктов.</p> <p>Понятие экологичности включает в себя как чистоту производства — те самые есо и organic, так и философию блюда. Не стоит и забывать о том, что кочевой образ жизни — самый экологичный способ жизнедеятельности человека, наносящий минимум вреда окружающей среде. Кочевники знали, что переезд необходим природе, чтобы она могла восстановиться после «гостей» с их аулами, стадами и табунами.</p>

	<p>Полезность блюд казахской кухни перекликается с рациональностью: люди ели, чтобы не болеть. Популярное у современных людей раздельное питание или учет совместимости продуктов кочевники практиковали в своей повседневной жизни. Для примера: мясо ели отдельно, а гарниры к нему появились не так давно. Пока мясо варилось, гостей угощали чаем или не забродившим кумысом — саулмал. Кроме того, кисломолочные напитки, которые сопровождают казахские блюда, не дают ферментам усваивать жиры.</p>
	<p>Работа в группах. РАЗДЕЛИТЕСЬ НА ГРУППЫ. КАКИЕ ПОВЕРЬЯ И ПРИМЕТЫ, СВЯЗАННЫЕ С ПИЩЕЙ, ВЫ ЗНАЕТЕ? ОБСУДИТЕ В ГРУППЕ И РАССКАЖИТЕ ДРУГИМ.</p> <p>Статьи для ознакомления: https://cyberleninka.ru/article/n/ritualnye-i-obryadovye-funktsii-pischi-kazahov-saryarki-xx-xxi-vv</p>
	<p>ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ СКРЫТЫЕ СМЫСЛЫ СЛЕДУЮЩИХ БЛЮД КАЗАХСКОЙ КУХНИ? ОБСУДИТЕ В КАЖДОЙ ГРУППЕ И ПОДЕЛИТЕСЬ СО ВСЕМИ.</p> <p>Традицией, связанной с приходом весны, являлась ұйқыашар, что дословно означает «проснуться». Это совместное угощение обрядово-хозяйственного характера, проводимое к началу сезона окота скота. Обычно в это время собирается молодежь аула, парни и девушки всю ночь следят за скотом, ухаживают за приплодом. В такие ночи, чтобы не спать, отогнать сон (ұйқыашу), жарят на огне куски сушеного, вяленого мяса, готовят многосоставное блюдо көпкөже из молозива и разных других продуктов. Во время бдения устраивается веселье с шутками и играми.</p> <p>Үлпершек — разновидность редко употребляемого почетного блюда из сердечного мешка лошади, куда кладут мясо и жир. Готовится наподобие шужука (шұжық), поэтому его вялят с целью сохранения на определенное время. С этими блюдами было связано поверье, что на человека перейдут качества определенных частей туши (сердце, голова, глаза, нёбо). Например, сердце, начиненное нежными кусками мяса, преподносили замужним дочерям, тем самым выражая родительскую любовь.</p> <p>Белкотерер — угощение для пожилых людей, которые нуждаются в особом уходе. Для них готовится вкусное и мягкое угощение из казы, сливочного масла, жента, кумыса, творога и меда.</p> <p>Самую вкусную и питательную кость — тос — варят для келин или кюеубала, чтобы «задобрить», так как от настроения этого человека зависит счастье дочери или сына.</p>
	<p>В казахских орнаментах, как и в народных мифах и сказках, таятся смыслы и знаки, идущие из глубины веков. Некоторые из них были утрачены, а иные, передаваясь от поколения к поколению, народными мастерами и мастерицами, дошли до нас в своем первоначальном виде. Их предназначение не только в дословном переводе – «украшать» утварь, одежды и другие предметы народно-прикладного искусства. Изначально, совсем в недалекие времена, когда и наши предки обладали магическими знаниями, и жили в единении с природой, орнаменты служили им оберегами, были способны притягивать удачу и счастье своему хозяину.</p> <p>Статья для ознакомления: https://www.caa-network.org/archives/15372?fbclid=IwAR0ogBqAuDG5VlcSCHw5vCLj9mA3cdT WX8iBMtC_ssCEhfwKoCWUTtRnUuY</p> <p>ВИДЫ КАЗАХСКОГО ОРНАМЕНТА:</p>

	<p> Зооморфный. Является результатом любви к тотемным животным – лошади, верблюды, бараны, соколы. Изображались крылья, головы, рога, горбы. Самый распространенный элемент – «мүйіз» (рога). Орнаментом «бараньи рога» (қошқармүйіз) украшают и юрты, и городские жилища, одежду и посуду. Когда-то это было пожеланием богатства, потому что именно символом земного благополучия считался баран.</p> <p> Растительный. Растения служили пищей и лекарством, помогали выращивать скот. Недаром растительности уделялось такое внимание в древнем мире. Цветы, листья, соцветия и плоды послужили основой для создания орнаментов необычайной красоты. Это легкие казахские орнаменты. Встретить их можно на вышивках, росписи бытовой утвари.</p> <p> Космогонический. Смотря на небо, казахи зарисовывали увиденное. Так появились космогонические орнаменты. На одних — звезды и луна, на других — некоторые природные явления. Древние кочевники, предки казахов, считали луну хозяйкой Вселенной. И в то же время луна внушала опасения. До сих пор считается, что окна должны быть плотно занавешены, чтобы лунный свет не падал на человека, это дурная примета. Полумесяц — один из древнейших символов в казахском орнаменте.</p> <p> Геометрический. Правильные, безупречные формы также привлекали наших предков. Такими орнаментами украшали предметы быта и интерьера, сбрую, украшения и одежду. На основе геометрических форм составляли усложненные схемы.</p> <p><i>Вопрос для обсуждения:</i> КАКИЕ ВИДЫ КАЗАХСКОГО ОРНАМЕНТА ИЗОБРАЖЕНЫ НА КАРТИНКАХ?</p>
12 слайд	<p>Подведение итогов.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ЧТО НОВОГО О КАЗАХСКОЙ ТРАДИЦИОННОЙ КУЛЬТУРЕ ВЫ УЗНАЛИ СЕГОДНЯ НА ЗАСЕДАНИИ КЛУБА? (ответы участников)