

АНО «Азбука Семьи» - социально-просветительский проект

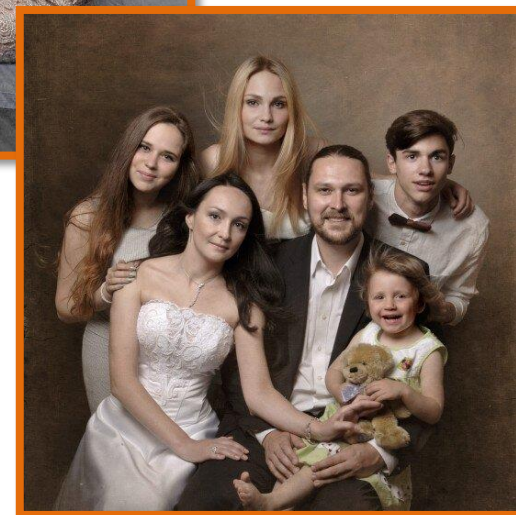
- «Азбука семьи» развивает Всероссийскую сеть бесплатных школ осознанных родителей. В них психологи работают с мамами и папами по программе «Азбука счастливой семьи», помогая взрослым понять детей, позаботиться о себе и укрепить семью.
- Обучают Лидеров Школ осознанных родителей (психологов и педагогов), проводим форумы, конференции и мастер-классы для специалистов, помогающих семьям с детьми.
- Благодаря Школам родителей супругам удается найти общий язык друг с другом, отказаться от развода, даже если брак был «на грани». Родители получают поддержку специалистов, эффективно применяют безопасные методы воспитания, улучшают отношения со своими детьми и меньше тревожатся.



Основатели и руководители

ДИАНА МАШКОВА

- Основатель АНО "Азбука семьи", руководитель Всероссийской сети школ осознанных родителей
- Известный российский писатель, кандидат филологических наук, автор книг и курсов для родителей. Общественный деятель, мама 5 детей. Член рабочей группы «Защита детей, оставшихся без попечения родителей» при Координационном совете при Правительстве РФ по проведению в РФ Десятилетия детства. Член Экспертного совета Комитета по вопросам семьи, женщин и детей Государственной думы РФ. Член Общественного совета при Уполномоченном при Президенте РФ по правам ребенка.



Салтеев Денис

- **Директор АНО "Азбука семьи"**
- Отец 5-х детей, четверо из которых приёмные. Сооснователь клуба приемных семей. Лидер мнений в области проблем социального сиротства, осознанного родительства, совмещения семьи и карьеры.
- Эксперт в области обучения подростков из приемных семей ИТ технологиям.
- Родился в 1975 году в Казани. По образованию радиофизик. Более 20 лет работал в области продаж в отрасли документальной электросвязи и телекоммуникаций.
- В прошлом профессиональный баскетболист. Сейчас баскетболист-любитель, участник национальных и международных соревнований среди ветеранов.



Школы осознанных родителей — это социально-психологические тренинги для мам и пап по программе осознанного родительства «Азбука счастливой семьи».

- Родительству не учат в школе. Далеко не в каждой семье сами собой складываются гармоничные отношения. Нередко мамам и папам нужна помощь, чтобы понять друг друга и наладить контакт с детьми. 30 уроков осознанного родительства созданы, чтобы в этом помочь.



- https://azbukasemi.ru/content/1193/files/pismo-07-692-ot-08_02_2023.pdf - Письмо министерства просвещения РФ в органы исполнительной власти субъектов РФ.
- <https://azbukasemi.ru/content/1193/files/27-4-mintrud-pismo-azbuka-semi-.pdf> –
Письмо министерства труда и социальной политики РФ в органы исполнительной власти субъектов РФ.
- <https://disk.yandex.ru/i/Ocp7BAsz3E256w> -
экспертное заключение СПбГУ.

Цели работы Школы

- Укрепление традиционных семейных ценностей
- Улучшение детско-родительских отношений
- Развитие личной осознанности родителей
- Профилактика семейного неблагополучия
- Профилактика социального сиротства.



Школа «Азбука счастливой семьи»

- Целевая аудитория Школ "Азбука семьи":
родители и будущие родители.
- Лидеры Школ (психологи) передают родителям базовые знания из области семейной и детской психологии в формате **"равный-равному"**, делятся личным опытом воспитания детей, проверяют выполненные задания, дают участникам обратную связь. Работа осуществляется под руководством и при поддержке куратора — специалиста АНО "Азбука семьи".
- Общение **«равный-равному»** в Школах осознанных родителей – это мощный ресурс и необходимая поддержка для мам и пап. Родители получают знания и находят друзей, обмениваются опытом и делятся возможностями. Формируется помогающая и поддерживающая среда.



Школа «Азбука счастливой семьи»

Краткое описание Школы осознанных родителей:

- Запланированные встречи раскрывают один за другим важнейшие аспекты жизни семьи.
- Перед каждой встречей участники Школы выполняют задания в книге-тренажере.
- Выполненные задания участники обсуждают с Лидером Школы, задают вопросы.
- Лидер дает обратную связь и направляет участников Школы.



Алгоритм тренинга

Приветствие, правила, вхождение в тему

Разминка/разогрев

Мини-лекция, просмотр видео

Выполнение части домашнего задания, обсуждение с напарником

Дополнение к теме, выполнение упражнений, обсуждение вопросов

Ресурсное упражнение

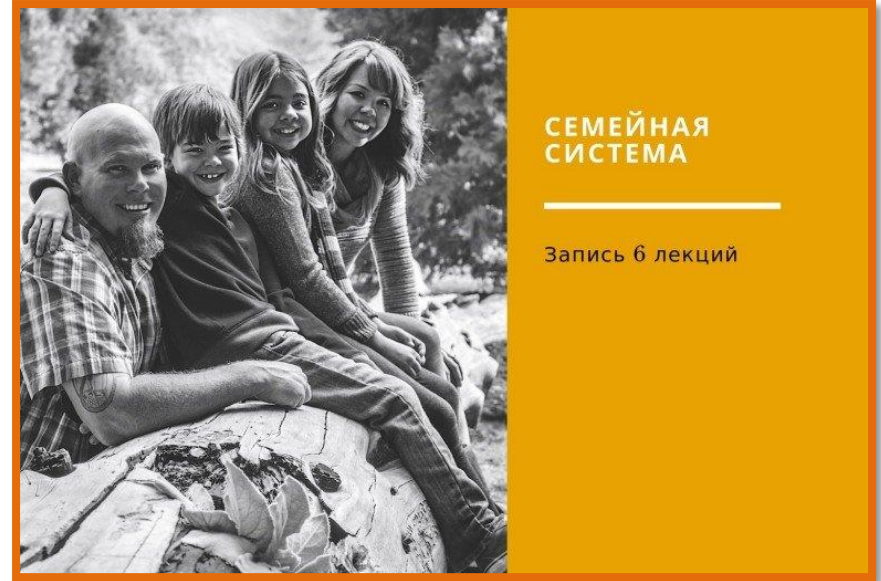
Домашнее задание

Обратная связь



Часть I. СЕМЕЙНАЯ СИСТЕМА

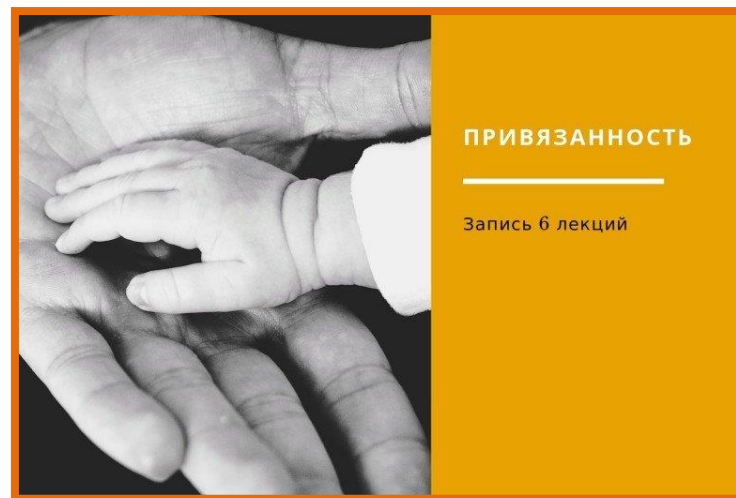
- Лекция 1.1. Откуда мы родом?
- Лекция 1.2. Какой фундамент у семейной системы?
- Лекция 1.3. С чего начинается детство?
- Лекция 1.4. Какие ресурсы нужны родителям?
- Лекция 1.5. Как сберечь психическое здоровье ребенка?
- Лекция 1.6. Какие качества родители формируют в детях?





Часть II. ПРИВЯЗАННОСТЬ

- Лекция 2.1. Что такое привязанность и как она работает?
- Лекция 2.2. Какое значение имеют перинатальный период и роды?
- Лекция 2.3. Как дети выбирают своих взрослых?
- Лекция 2.4. Какие бывают типы привязанности?
- Лекция 2.5. После семи уже поздно?
- Лекция 2.6. Чем грозит нарушение привязанности?





ЧАСТЬ III. ДЕТСКАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ТРАВМА

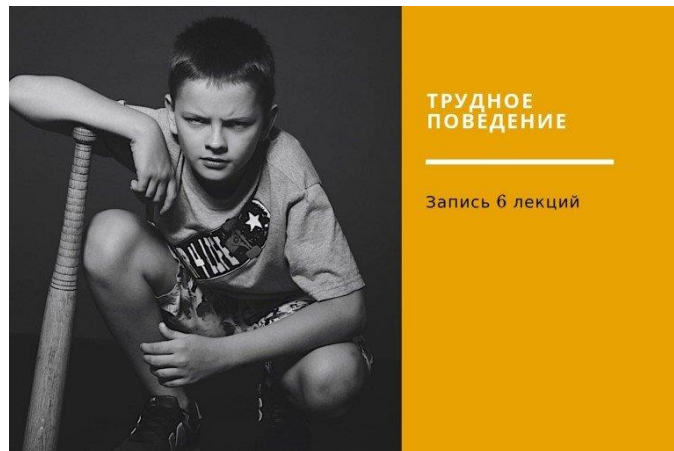
- Лекция 3.1. Что может сломать детей?
- Лекция 3.2. Как влияют на детей «малые травмы»?
- Лекция 3.3. Как сказываются на детях «большие» и «повторяющиеся» травмы?
- Лекция 3.4. Какие последствия у "травмы развития"?
- Лекция 3.5. Как стресс влияет на развитие мозга ребенка?
- Лекция 3.6. Как помочь ребенку справиться с последствиями травм?





ЧАСТЬ IV. ТРУДНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

- Лекция 4.1. Трудный или удобный?
- Лекция 4.2. Каким бывает трудное поведение родителей?
- Лекция 4.3. Почему дети бывают непослушными?
- Лекция 4.4. Нужны ли наказания для послушания?
- Лекция 4.5. Почему дети плохо себя ведут?
- Лекция 4.6. Когда с детьми по-настоящему трудно?





ЧАСТЬ V. ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

Лекция 5.1. Как быть родителем подростка?

Лекция 5.2. Какие навыки важно формировать у подростков?

Лекция 5.3. Для чего меняются отношения родителей и детей?

Лекция 5.4. Кто главный в выборе профессии?

Лекция 5.5. Когда происходит сепарация?

Лекция 5.6. Куда приводит детство?





Мотивация родителей для участия в программе

- Хочу стать лучше: иногда мне кажется, что я - плохая мама/плохой отец;
- Мне важно понять, как воспитывать ребенка;
- Мне не комфортно в собственной семье, но я хочу это изменить;
- Хочу стать увереннее в себе в роли родителя;
- Мне важно научиться решать конфликтные ситуации в семье;
- Мой ребенок ненавидит школу. Не понимаю, как мотивировать его на учебу;
- Хочу понять, что делать: мой подросток ничего не хочет – ни учиться, ни работать, ни помогать по дому;
- Мы супругом/супругой хотим, чтобы дети нас слушались.

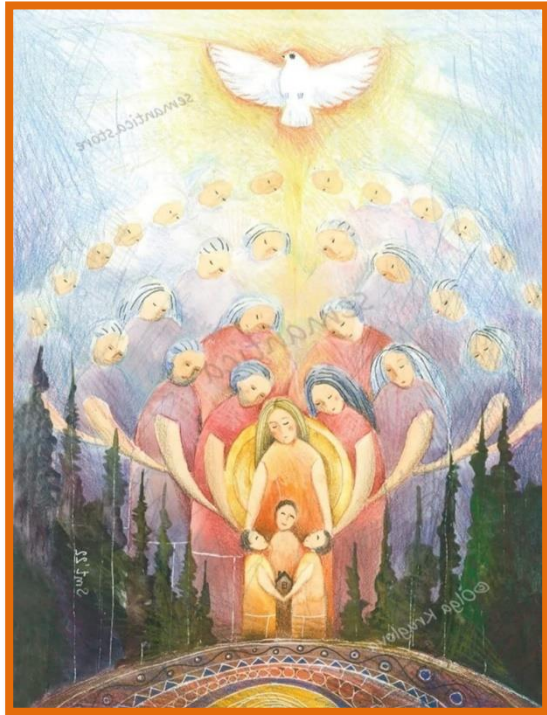


Главный результат:

- 96% родителей (выпускников школ осознанных родителей) обладают базовыми знаниями из области семейной и детской психологии;
- 60% родителей улучшили детско-родительские отношения благодаря развитию важных компетенций;



Некоторые отзывы педагогов:



- *«Мой стаж работы более 30 лет. Более нужного пособия для школ в практике не встречала. Темы рассмотрены со всех сторон. Для учителей особо ценно то, что им в помощь разработки и презентации. Богатейший дополнительный материал. За него отдельное спасибо»*
- *«Данный курс позволил по-новому взглянуть на свою семью, заглянуть в прошлое, переоценить свои подходы в воспитании и с воодушевлением применять полученные знания в дальнейшем!»*
- *«Получила бесценные инструменты, с помощью которых буду стараться прийти к психологически здоровой атмосфере в семье»*
- *«Многое переосмыслила в воспитании детей, в отношении с супругом, близкими людьми, даже чужими. Проще стала относиться ко многим вещам»*
- *«Спасибо большое за предоставленную возможность оценить себя со стороны, возможность «подобрать ключики к каждому ребёнку». И, конечно же, за огромный ресурс и команду поддержки!»*
- *«Очень хорошая возможность разобраться в себе и в ситуациях, возникающих в семейных отношениях. Благодарна, что всегда во время работы в группе давали возможность высказаться и получить совет. Много взяла на заметку из родительского опыта других участников группы. Книга написана очень доступным и понятным языком. Буду ей пользоваться и периодически перечитывать»*

- <https://azbukasemi.ru/>

Сайт «Азбука семьи»

- <https://azbukasemi.ru/clubs/kopiyapodder/> - поддержка лидеров
- <https://azbukasemi.ru/clubs/neudalyatyss/>