ПРОЕКТ МНОГОДЕТНАЯ РОССИЯ 2026

КОНКУРС СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ
«СЕМЕЙНЫЙ НАВИГАТОР 2026»

Краски наших отношений

Шалашкевич Людмила Михайловна
Психолог отделения
Отделение социально-психологической помощи
«Полюстрово»
Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение
«Центр социальной помощи семье и детям Красногвардейского района»

Красногвардейский район
г. Санкт-Петербург



Описание практики

Программа «Краски наших отношений» — это социально-психологическая практика, направленная на развитие и укрепление детско-родительских отношений через совместную деятельность, эмоциональное взаимодействие и формирование навыков эффективной коммуникации.

В основе программы лежит работа с такими важными компонентами семейных отношений, как:

- доверие между родителем и ребёнком;
- понимание личных границ;
- развитие эмоционального интеллекта;
- формирование конструктивных моделей общения.

Целевая аудитория

Программа ориентирована на: семьи с несовершеннолетними детьми в возрасте 6–10 лет, находящиеся в трудной жизненной ситуации.

Программа реализуется в формате группового тренинга с участием семей и включает:

- 5 занятий по 1 часу (1 раз в неделю);
- сочетание теории, практики и совместного творчества;
- использование арт-терапии, игровых и коммуникативных методов.

Особенность программы — активное включение родителя и ребёнка в совместную деятельность, что позволяет не только получить знания, но и сразу закрепить их в безопасной среде.

Цели и задачи практики

Цель программы

Налаживание и гармонизация детско-родительских отношений через:

- осознание и выстраивание личных границ;
- развитие навыков общения;
- улучшение эмоционального контакта между родителем и ребёнком.

Задачи программы

Программа решает комплекс задач, направленных на развитие семьи как системы:

- создание доверительной и безопасной атмосферы взаимодействия;
- формирование навыков эффективного общения и сотрудничества;
- развитие эмоционального интеллекта у родителей и детей;
- содействие самопознанию участников и пониманию друг друга;
- изучение особенностей контакта внутри семьи;
- укрепление позитивных моделей взаимодействия;
- повышение качества детско-родительского общения.



Актуальность практики

В современных социально-экономических условиях семья продолжает оставаться ключевым институтом социализации ребёнка, однако именно в сфере детско-родительских отношений сегодня фиксируется наибольшее количество рисков и трудностей. Ускоренный ритм жизни, информационная перегруженность, высокая занятость родителей и снижение качества живого общения приводят к дефициту эмоционального контакта внутри семьи.

Особую значимость приобретает проблема утраты доверительного взаимодействия между родителем и ребёнком. В условиях недостатка внимания, поддержки и принятия дети чаще демонстрируют эмоциональную нестабильность, тревожность, поведенческие нарушения и трудности в социальной адаптации. Родители, в свою очередь, испытывают дефицит практических знаний и инструментов выстраивания эффективного общения, что усиливает внутрисемейное напряжение.

Дополнительную остроту проблема приобретает в семьях, находящихся в трудной жизненной ситуации, а также в многодетных семьях, где возрастает нагрузка на родителя, усложняется распределение внимания между детьми и повышается риск формирования конфликтных моделей взаимодействия.

В этой связи актуальным становится внедрение доступных, практико-ориентированных программ, направленных не только на информирование родителей, но и на формирование устойчивых навыков конструктивного общения, эмоционального взаимодействия и понимания потребностей ребёнка.

Программа «Краски наших отношений» отвечает данным вызовам, поскольку:

- ориентирована на профилактику семейного неблагополучия и укрепление института семьи;
- направлена на развитие эмоционального интеллекта как базового навыка XXI века;
- обеспечивает формирование навыков через практическую совместную деятельность родителя и ребёнка;
- учитывает реальные потребности семей и особенности современного детства;
- реализуется в доступной форме и не требует дополнительных ресурсов для внедрения.

Таким образом, программа является своевременным и востребованным инструментом социальной работы, обеспечивающим не только краткосрочный эффект в виде улучшения внутрисемейных отношений, но и долгосрочный результат — формирование устойчивой, ресурсной и эмоционально благополучной семьи.

Новизна практики

Новизна программы «Краски наших отношений» заключается в комплексном, практико-ориентированном подходе к гармонизации детско-родительских отношений, объединяющем современные психолого-педагогические технологии и доступные формы социальной работы.

В отличие от традиционных форм работы с семьёй, ориентированных преимущественно на информирование родителей, программа предлагает формат совместного участия родителя и ребёнка, где ключевые навыки формируются не в теории, а через проживание и непосредственный опыт взаимодействия.

Инновационность практики проявляется в следующих аспектах:

- **Интеграция методов:** объединение арт-терапии, игровых технологий, коммуникативных тренингов и элементов социально-педагогической работы в единую систему, направленную на развитие эмоциональной и коммуникативной сферы семьи.
- **Фокус на личных границах:** включение в содержание программы работы с понятием личных границ как базового элемента здоровых отношений, что редко реализуется в программах социальной направленности для семей с детьми младшего возраста.
- **Практико-ориентированная модель обучения:** акцент на формировании навыков через совместную деятельность (творчество, игровые ситуации, взаимодействие), что обеспечивает быстрый перенос полученного опыта в повседневную жизнь семьи.
- **Безопасная развивающая среда:** создание пространства, в котором родитель и ребёнок могут выстраивать новые модели поведения без страха оценки, что способствует более глубокой трансформации отношений.
- **Малые группы и индивидуализация:** работа в формате до 4 семей позволяет учитывать особенности каждой семьи и повышает эффективность программы.
- **Доступность и тиражируемость:** программа не требует сложного оборудования или узкоспециализированных условий, может быть внедрена в учреждениях социальной защиты, образования и НКО, что делает её универсальным инструментом для масштабирования.

Особую новизну практике придаёт её направленность на формирование устойчивых поведенческих изменений, а не разовых эффектов: участники не только получают знания, но и осваивают конкретные инструменты общения, которые продолжают применять в семейной жизни. Таким образом, программа представляет собой современную модель социальной практики, сочетающую научную обоснованность, прикладной характер и высокий потенциал тиражирования в различных регионах.

Социальный эффект

Реализация программы обеспечивает устойчивые позитивные изменения.

Для семьи:

1. улучшение эмоционального климата;
2. снижение конфликтности;
3. повышение уровня взаимопонимания;
4. укрепление родительского авторитета.

Для ребёнка:

1. развитие эмоциональной устойчивости;
2. снижение тревожности и поведенческих трудностей;
3. формирование навыков общения и саморегуляции.

Для общества:

1. профилактика семейного неблагополучия;
2. снижение риска девиантного поведения детей;
3. укрепление института семьи;
4. повышение эффективности социальной помощи.



Программа имеет прогностический эффект — сформированные навыки сохраняются и применяются в повседневной жизни.

Польза для многодетных семей

Программа особенно значима для многодетных семей, так как:

- помогает выстроить баланс внимания между несколькими детьми;
- снижает эмоциональное выгорание родителей;
- формирует навыки управления конфликтами между детьми;
- способствует развитию индивидуального подхода к каждому ребёнку;
- укрепляет внутрисемейные связи и чувство сплоченности;
- даёт родителям практические инструменты общения в условиях высокой нагрузки;
- повышает уверенность родителей в своих воспитательных возможностях.

В условиях многодетной семьи программа становится инструментом устойчивости, помогая сохранить ресурсность семьи и благоприятную атмосферу.

Результаты реализации практики

Результаты реализации программы «Краски наших отношений» демонстрируют устойчивую положительную динамику в развитии детско-родительских отношений и подтверждают эффективность выбранных форм работы.

Качественные результаты реализации программы «Краски наших отношений» выражаются в устойчивых позитивных изменениях в системе детско-родительских отношений и общем психологическом состоянии семьи. В процессе участия в программе у родителей и детей формируется более глубокий эмоциональный контакт, повышается уровень доверия и взаимопонимания, снижается конфликтность и напряженность во взаимодействии. Родители осваивают эффективные способы общения с ребёнком, начинают лучше понимать его эмоциональные состояния, потребности и индивидуальные особенности, что способствует выстраиванию более гибкой и поддерживающей воспитательной позиции. Одновременно повышается уровень психологической грамотности родителей, укрепляется их уверенность в собственных воспитательных возможностях и формируется способность конструктивно реагировать на сложные ситуации.

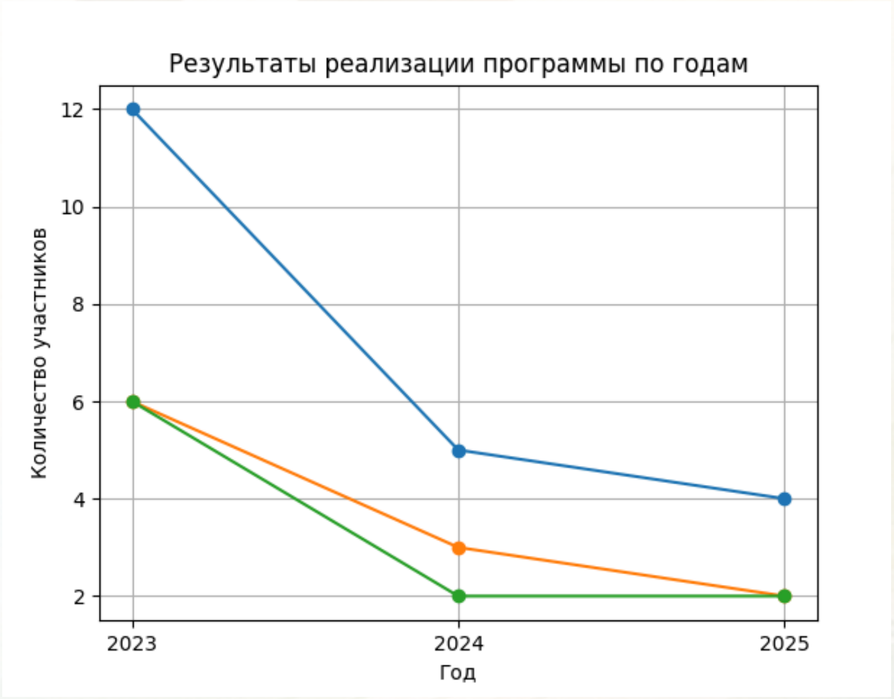
У детей наблюдается развитие эмоционального интеллекта, улучшение навыков выражения чувств и понимания эмоций других людей, снижение тревожности и поведенческих трудностей, а также формирование навыков саморегуляции и взаимодействия. Важным результатом является закрепление позитивных моделей поведения через совместную деятельность, что позволяет участникам переносить полученный опыт в повседневную жизнь. В целом программа способствует укреплению ресурсности семьи, профилактике семейного неблагополучия и созданию благоприятной, поддерживающей среды для гармоничного развития ребёнка.

Количественные результаты

За период реализации программы охвачены семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации:

- 2023 год — 12 участников
- (6 несовершеннолетних, 6 женщин)
- 2024 год — 5 участников
- (3 несовершеннолетних, 2 женщины)
- 2025 год — 4 участника
- (2 несовершеннолетних, 2 женщины)

Несмотря на снижение общего количества участников, программа реализуется в формате малых групп, что обеспечивает более глубокую проработку запросов каждой семьи и повышение качества результатов.



Итог

«Краски наших отношений» — это не просто тренинг, а практическое решение для укрепления семьи, которое:

- формирует навыки, применимые в повседневной жизни;
- снижает риски семейного неблагополучия;
- повышает качество жизни родителей и детей;
- соответствует задачам государственной семейной политики.



Публичность

Практика «Краски наших отношений» регулярно освещалась в СМИ и сети Интернет.

Посты о мероприятиях на официальной странице СПб ГБУ «ЦСПСД Красногвардейского района» во ВКонтакте:

- https://vk.com/wall-69917178_39416,
- https://vk.com/wall-69917178_24342,
- https://vk.com/wall-69917178_24073,
- https://vk.com/wall-69917178_21886,

Размещение практики в Профессиональной социотеке Санкт-Петербурга:

- https://sociotekaspb.homekid.ru/social/683