Приложение 1

**Концепция проведения областных профилактических мероприятий, направленных на повышение правовой грамотности, гармонизацию**

**детско-родительских отношений, а также информирование о деятельности служб помощи родителям и подросткам, приуроченных к Международному дню семьи и Международному дню детского телефона доверия**

*Областные профилактические мероприятия проводятся в рамках тематического блока мероприятий «Семья» областного межведомственного проекта «Тюменская область – территория здорового образа жизни!». Мероприятия приурочены к**Международному дню семьи (15 мая) и Международному дню детского телефона доверия (17 мая)*

**География мероприятий:** муниципальные образования Тюменской области.

**Дата проведения мероприятий:** с 13 по 21 мая 2024 года.

**Организаторы:**

- ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» (далее – ГАУ ТО «ОЦПР»);

- Органы и учреждения системы профилактики муниципальных образований Тюменской области.

**План проведения мероприятий:**

***Муниципальные образования Тюменской области:***

1. Организация и проведение **информационно-просветительских мероприятий,** направленных на повышение правовой грамотности родителей, гармонизацию детско-родительских отношений; о деятельности служб помощи родителям и подросткам.

* Сценарий проведения информационно-разъяснительного мероприятия для родителей/ законных представителей «Время доверять!» (Приложение 1.1)

Срок проведения: **с 13 по 21 мая 2024 года.**

**2. Размещение тематической информации** на стендах учреждений и организаций с использованием методических материалов АУ СОН ТО ДПО «Региональный социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Семья» (ссылка для скачивания: <https://cloud.mail.ru/public/oqBV/bEpW1xUfG/Материалы%20на%20стенды> ).

Методические материалы, целью которых является повышение правовой грамотности родителей, имеют возрастные ограничения и не могут быть размещены на информационных стендах в общеобразовательных организациях, учреждениях дополнительного образования детей и молодежи. Их рекомендуется распространять через родительские чаты в мессенджерах. Ссылка для скачивания материалов для родителей: <https://cloud.mail.ru/public/GJZB/YsksHji7P>

Срок проведения: **с 13 по 21 мая 2024 года.**

**4. Участие в интернет-кампании,** направленной на повышение правовой грамотности родителей, гармонизацию детско-родительских отношений; о деятельности служб помощи родителям и подросткам (размещение профилактического контента в социальных сетях Интернета на ресурсах ГАУ ТО «ОЦПР»; ретранслирование данного контента на интернет-ресурсах учреждений, волонтерских объединений, на личных страницах).

*Социальные сети ГАУ ТО «ОЦПР»:*

<https://vk.com/volontery72>

<https://vk.com/ocpr_72>

<https://t.me/narcostop72>

<https://ok.ru/group53561658703970>

Срок проведения**: с 17 по 18 мая 2024 года.**

*Анонсирующая и итоговая информация о проведении областных мероприятий размещается учреждениями/волонтерскими отрядами/ объединениями на официальных информационных ресурсах (сайт, официальная страница или сообщество в социальных сетях) и средствах массовой информации.*

*Кроме того, опубликованная по итогам мероприятия информация дублируется для размещения в социальных сетях ГАУ ТО «ОЦПР».* ***Для этого необходимо*** *в сообществе «Всё в твоих руках!* *| Волонтеры профилактики»* (<https://vk.com/volontery72>) социальной сети «ВКонтакте» *через строку на стене «Предложите новость» разместить пост* ***в течение 3-х дней после проведения мероприятия****.*

***ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации»:***

**1.** Организация и проведение **медиакампании** в сети Интернет, направленной на повышение правовой грамотности родителей, гармонизацию детско-родительских отношений; о деятельности служб помощи родителям и подросткам в социальных сетях: «ВКонтакте», «Одноклассники».

*Социальные сети ГАУ ТО «ОЦПР»:*

<https://vk.com/volontery72>

<https://vk.com/ocpr_72>

<https://t.me/narcostop72>

<https://ok.ru/group53561658703970>

Срок проведения**: с 17 по 18 мая 2024 года.**

Приложение 1.1

**Сценарий проведения информационно-разъяснительного мероприятия для родителей/ законных представителей «Время доверять!»**

*Информационно-разъяснительное мероприятие «Время доверять!», рекомендовано для родителей/законных представителей***.** *Мероприятие носит просветительский характер и нацелено* *на повышение правовой грамотности родителей, гармонизацию детско-родительских отношений, информирование о деятельности служб помощи родителям и подросткам. Материалы мероприятия можно использовать по отдельности, как дополнение к другим сценарным материалам.*

*При проведении мероприятия возможно задействовать приглашенных спикеров из числа сотрудников системы профилактики: представители КДН, социальные работники, психологи и др.*

**Место проведения:** образовательные организации, иные учреждения.

**Участники:** родители/ законные представители, не более 40 человек.

**Продолжительность:** 40-60 минут.

**Цель:** профилактика семейного неблагополучия, конфликтов и стрессовых состояний через формирование навыков выстраивания конструктивного диалога и формирование представления о Службе детского телефона доверия, как одном из механизмов экстренной онлайн помощи детям и их родителям.

**Задачи:**

1. Информировать о деятельности Службы детского телефона доверия.
2. Мотивировать родителей обращаться за помощью на Детский телефон доверия в трудных ситуациях воспитания и общения с детьми.

**Необходимое оборудование**: мультимедийное оборудование, микрофон.

**Подготовительная работа:** мероприятие проводится в просторном помещении, где по кругу расставлены стулья для участников.

**Вводная часть:**

**Ведущий:** Добрый день, уважаемые родители!  Мы рады приветствовать Вас на этой встрече. Очень приятно, что Вы приняли наше приглашение, отложили свои дела для того, чтобы провести этот необычный вечер в нашей дружной школьной компании.

У каждого из нас разные характеры, взгляды на жизнь, разные судьбы, но есть одно, что объединяет - это наши дети. Жизнь заставляет ежедневно принимать ответственные решения, в том числе связанные с воспитанием детей. Поэтому сегодня мы предлагаем провести вечер в дружеской беседе и обсудить решения сложных семейных ситуаций, которые, зачастую, застают врасплох.

И начать наше общение предлагаю с небольшой разминки, которая называется «Сломанный телефон».

**Разминка «Сломанный телефон»**.

Цель: повышение групповой динамики, настрой на совместную деятельность, снятие эмоционального напряжения.

**Описание:** Ведущий говорит одному из участников какую-нибудь фразу, но быстро и нечетко. Тот в свою очередь передает эту фразу таким же образом соседу, и так далее по кругу. После этого ведущий узнает у первого и последнего участника, что они услышали.

Вопрос для обсуждения: Как Вы думаете, в жизни бывает так, что Вы говорите одно, а слышат совершенно другое? *Ответы участников.*

**Ведущий:** К сожалению, таких ситуаций в нашей жизни огромное множество. Это происходит оттого, что каждый человек понимает абсолютно всё по-своему в силу возраста, воспитания, опыта, интеллекта, эмоционального состояния.

Все мы разные, и чтоб каждый понял то, что Вы говорите именно так, как Вы хотите, нужно приложить немалые усилия. Нередко людям на продолжении длительного периода не удается достичь понимания по ряду вопросов, и это может привести к тому, что один из собеседников закроется, «займет» протестную позицию. В общении с детьми родителям сложнее всего бывает «найти общий язык», чаще возникают сложности в выстраивании коммуникаций, и для того чтобы наладить взаимопонимание может потребоваться помощь третьего человека, квалифицированного специалиста.

Детский телефон доверия является таким бесценным помощником в вопросах воспитания. Это самый популярный и широко известный вид экстренной психологической помощи, один из доступных инструментов выстраивания конструктивного диалога между родителем и ребенком.

Вопрос участникам: «Кто из Вас слышал о телефоне доверия? Кто знает, как он работает?»

*Ответы участников.*

**Ведущий:** Телефон доверия – это служба экстренной психологической помощи. Вы можете позвонить туда со стационарного или мобильного телефона.

Первый телефон доверия появился в 1953 году. Англичанин Чад Вара разместил в газете объявление со своим номером телефона и приглашением звонить в любое время суток тем, кому плохо. И ему стали звонить очень часто. Чад Вара стал искать людей, которые бы ему помогали. Так родилось движение людей, оказывающих помощь по телефону доверия.

Секретность и бесплатность – два основных принципа работы детского телефона доверия. Телефон доверия работает абсолютно бесплатно, а человек, на другом конце трубки не будет знать абсолютно ничего о Вас. Вы можете не называть своего имени или использовать выдуманное имя. О звонке никто не узнает, при этомВы можете повесить трубку в любой момент.

Кроме того, телефон доверия работает и днем, и ночью, а помощь оказывают психологи-консультанты, с которым можно поговорить о том, что Вас беспокоит.

Хочу представить Вашему вниманию видеоролик о Детском телефоне доверия, который позволяет отразить значимость этой службы в решении вопросов, связанных с детско-родительскими взаимоотношениями.

*Ссылка на видеоролик: «Стук»:* *https://disk.yandex.ru/i/6fsPgte9xro\_Zw*

*На экране осуществляется демонстрация ролика.*

**Ведущий:** В жизни каждого из нас случаются проблемы, которые кажутся неразрешимыми, и вызывают глубокие душевные переживания, тоску, тревогу и даже отчаяние. Как бы мы родители не старались оградить детей от всего этого, дети все равно столкнутся с проблемами и жизненными трудностями вне семьи, что повлечет за собой сильные волнения и переживания. И в этот момент мы должны быть рядом и помочь им пережить этот непростой период.

То, что взрослые считают незначительным и обыденным, для детей может оказаться настоящей трагедией. Мы даже можем не догадываться о том, сколько и какие поводы для переживаний возникают у детей. Что-то они могут обсудить с друзьями и одноклассниками, о чем-то поговорить с родителями или учителями. Но есть ситуации, когда дети не знают, как правильно поступить, чтобы выйти из сложившейся ситуации без особых последствий для себя: насмешек, наказаний, упреков. И при этом не осмеливаются открыто обратиться за помощью…

В такие моменты наша задача вовремя уловить скрытые призывы о помощи и понять своего ребенка.

Примеры таких скрытых сигналов в видеороликах с портала «Я-родитель»:

**Успейте заметить, о чём молчит подросток.**

**Успейте увидеть, о чём молчит подросток.**

**Успейте услышать, о чём молчит подросток.**

*Демонстрация видеороликов. Ссылка для скачивания: https://cloud.mail.ru/public/wdvC/3zj1dZf33*

- Что делают Ваши дети, когда у них плохое настроение? Как они «сигналят» о том, что им плохо? *(Возможные ответы: замыкаются, не хотят общаться, капризничают, злятся, грубят, жалуются кому-то, говорят об этом родителям и др.)*

**Ведущий:** Если дети и подростки говорят о своем плохом настроении родителям - это признак доверия. Значит, они надеются, что взрослые помогут им найти способ справиться с таким состоянием.

Как мы уже поняли из сюжета ролика за поведением кроется больше, чем сиюсекундная реакция, и очень важно найти первопричину такого поведения. Наказать за грубость, непослушание или плохое поведение – это значит усугубить ситуацию и оставить ребенка один на один с проблемой.

- Как Вам кажется, чего ребенок (подросток) ждет от родителей, когда у него плохое настроение, в случае неудачи, волнения, огорчения? (*Возможные ответы: чтобы его заметили, выслушали, поддержали, приняли, а не критиковали*).

Предлагаю смоделировать ситуацию выстраивания диалога с ребенком, у которого плохое настроение.

**Упражнение «Иду на голос».**

Описание: Один из участников должен сыграть роль человека, у которого серьезная проблема. Для этого из группы выбирается один участник, ведущий отводит его в сторону, и сообщает ему инструкцию так, чтобы остальные не слышали: «Сейчас я надену Вам повязку на глаза, и Вы встанете перед группой. Группа будет задавать вопросы, а Вы будете реагировать только на интонацию. Если в интонации участника услышите заботу, внимание и в целом она будет доброжелательной, то можете сделать шаг вперед, по направлению к группе. Если интонация не будет вызывать никаких эмоций (положительных или отрицательных), то должны оставаться на месте. Если интонация Вам не понравится, то можете сделать шаг назад. Шаги должны быть небольшие».

После этого участник встает напротив группы, примерно на расстоянии 7-10 шагов. За его спиной, так же на расстоянии 7-10 шагов проводится черта мелом (или наклеивается полоска малярного скотча на пол). После этого дается инструкция для всех: «Перед Вами человек, с которым произошла серьезная неприятность. Вы должны постараться узнать, что с ним произошло, расспросив его. Сейчас мы завяжем нашему главному герою глаза, и Вы начнете задавать ему вопросы. Если он услышит что-то ценное для себя, он будет двигаться по направлению к Вам. Если ему что-то из услышанного не понравится, он начнет отступать назад. Видите, полосу за его спиной? Эта пропасть. Ваша задача, чтобы участник двигался по направлению к Вам, а не свалился в пропасть».

Вопросы для обсуждения:

- Что чувствовала группа во время проведения упражнения?

- Легко ли было подбирать вопросы?

- Что чувствовал участник с завязанными глазами?

- Что заставляло идти по направлению к группе, а что двигаться назад?

- С кем не хотелось делиться проблемами? Почему?

- С кем-нибудь из участников захотелось поделиться своей проблемой?

- Как, по-вашему, будет вести себя Ваш ребенок в такой ситуации?

**Комментарий специалиста:** Не каждый родитель, столкнувшись с подобной ситуацией, знает, как поддержать подростка. В трудную минуту слова поддержки подростку могут быть такими же, как если бы мы говорили с подругой, другом или коллегой по работе. Самое важное здесь – это проявить искренний интерес, отзывчивость, понимание и сочувствие. И на примере упражнения «Иду на голос» мы смогли это проследить. Участник шел Вам на встречу, когда слова и эмоции были близки его внутреннему состоянию и отдалялся, когда фразы ранили.

Человек, находящийся в подавленном состоянии, очень раним. Ранить могут не только слова, но и интонация с которой разговор ведется или отсутствие заинтересованности собеседника.

Слова поддержки подростку могут быть разными, но суть их должна сводиться к тому, что Вы своего ребенка понимаете, поддерживаете и принимаете ситуацию как данность: без оценок, критики и нравоучений.

Например:

• «Я слышу, что …. (*проговаривание проблемы*), давай подумаем вместе, почему так вышло?»

• «Как я могу помочь тебе?»

• «Как тебя поддержать?»

• «Давай подумаем вместе, что можно сделать в сложившейся ситуации».

• «Вспомни, как здорово ты придумал в прошлый раз!»

• «Мне искренне жаль, что так вышло»

• «Ты не один/не одна»

• «Вместе мы обязательно справимся!»

Главное, быть в диалоге с ребёнком, слышать его, не навязывать своё мнение и не пытаться решить за него, как поступить.

Неразрешимых ситуаций практически не существует, и, если Вам не хватает знаний, навыков в решении проблемы ребенка или Вы не понимаете, какую помощь необходимо оказать ребёнку в данный момент, то Вы всегда можете обратиться за консультацией к специалисту Службы детского телефона доверия. Он поможет разобраться конкретно в Вашей ситуации.

Телефон доверия открыт для каждого человека. В том числе и для родителей. Воспитание детей – это сложная наука. Даже, несмотря на богатый жизненный опыт родителей, дети иногда могут ставить их в тупик, поэтому можно позвонить на номер телефона доверия и рассказать о своей проблеме совершенно постороннему для Вас человеку, который, как правило, имеет психологическое образование или достаточно большой педагогический стаж работы и обязательно поможет в решении сложного вопроса.

**Ведущий:** Как Вы считаете, с какими вопросами можно обратиться на детский телефон доверия детям, родителям?» *(Ответы участников).*

*Ведущий размещает на доске/флипчарте изображение взрослого человека – родителя и второе изображение ребенка. Затем опираясь на ответы аудитории под каждым изображением записываются проблемные ситуации, применительно к статусу.*

*Варианты ответов участников:*

Родители могут позвонить, например, если:

- ребенок не слушает родителя;

- если ребенок плохо учится;

- если родителей что-то беспокоит, тревожит в поведении ребенка, настроении;

- если не получается общаться без крика и угроз;

- если в семье между ребенком и родителями участились ссоры и конфликты;

- если нужно посоветоваться перед обсуждением с подростком какой-либо трудной ситуации в семье;

- если кажется, что ребенок что-то скрывает, очень изменился;

- если Вам просто плохо, и не хочется «срываться на близких» из-за собственного раздражения, т.е. надо быстро прийти в нормальное состояние.

Дети и подростки могут позвонить, например, если:

- семья переехала в другой город, район (переживание, расставание со старыми друзьями, одноклассниками, домом, привыкание к новой школе, новым людям, переживание отсутствия друзей первое время);

- если поссорился с друзьями;

- если ребенок (подросток) чувствует одиночество;

- если ребенок (подросток) чего-то боится (например, сдачи ЕГЭ);

- если не ладится в школе;

- если все время плохое настроение;

- если ребенок переживает развод родителей;

-если мучают и пугают мысли о смерти.

**Ведущий:** У подростков легко меняется настроение, возможны резкие колебания в короткий промежуток времени от радости и счастья до полного отчаяния. Поэтому, когда родителей нет рядом, так важно иметь возможность проконсультироваться со специалистом, который убережет от конфликтов и необдуманных импульсивных поступков.

Телефон доверия дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, получить поддержку и разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги. Человек может поделиться с консультантом Телефона доверия любой беспокоящей его проблемой, особенно той, которую сложно обсудить с родными и знакомыми.

Рекомендуется родителям и ребенку иметь в свободном доступе номер детского телефона доверия. Будьте уверены: психолог через уточняющие вопросы разберется в том, что Вас беспокоит, и окажет необходимую поддержку.

Помните, выход всегда есть! В любой ситуации можно разобраться. Самое главное – не делайте поспешных выводов!

Наш семейный вечер подошёл к концу. До новых встреч, уважаемые папы и мамы, хочу еще раз напомнить Вам, чтобы ни случилось в Вашей жизни, какие бы неприятности не возникали на пути, в нашей стране существует служба специалистов, которые готовы прийти к Вам на помощь в любое время. Психологи детского телефона доверия Вас всегда выслушают, поддержат добрым словом, дадут почувствовать уверенность в себе, в своих силах. Мы хотим пожелать Вам поменьше сталкиваться в жизни с кризисными ситуациями и побольше радоваться жизни! Побольше улыбок, любви и преданных друзей!