**.Рекомендации фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации**

[ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ](http://shkolavoskr.ru/page.php?level=1&id_level_1=27) → 2.Рекомендации фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации



**Родительское собрание**

**Родительское собрание**

**«Помочь ребенку, помочь семье»**

**Цель**: информирование родителей о службе детского телефона доверия.

**Ход урока**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание** | *Рекомендации для ведущего* |
| 1. **Информационный блок: «Детский телефон доверия - самый популярный и широко известный вид экстренной психологической помощи детям».**Сегодняшнее собрание приурочено к 5 годовщине работы детского телефона доверия в Сахалинской области.В этот день в Сахалинской области проводятся акции на площадях и улицах; уроки доверия, классные часы и творческие конкурсы в школах, во время которых дети узнают о Телефоне доверия.Таким образом, организации, работающие с детьми, привлекают внимание детей и общественности к важной и полезной услуге.С 2010 года во всех городах России номером детского телефона доверия стал общероссийский номер **8-800-2000-122.**Интересна история возникновения Телефона доверия. Первый такой телефон появился в 1953 году как форма помощи людям в кризисном состоянии – как профилактика суицидов. Англичанин Чад Вара объявил свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не в состоянии справиться: когда они одиноки, растеряны или думают о том, чтобы покончить с жизнью. Он и не предполагал, что на него обрушится все время нарастающая лавина звонков. Несколько дней он справлялся с хлынувшими обращениями сам. Главное, что он понял за это время, - все звонившие, прежде всего, нуждались в дружеской помощи. Вскоре он пришел к выводу, что в одиночку ему с этим делом не справиться, и стал искать добровольных помощников. Из этой истории использования телефона для доступной помощи одних людей другим вскоре родилось всемирное движение людей, оказывающих эту помощь. Сейчас в мире существует целая сеть служб экстренной помощи по телефону. Это популярный и широко известный вид профессиональной психологической помощи. | На проекторе слайд или надпись с указанием темы родительского собрания: «Детский телефон доверия один из самых популярных видов экстренной психологической помощи» |
| **2. Практический блок. Групповое обсуждение: «Как поддержать друг друга в семье родителям и детям?».**Прежде, чем обратиться в трудной ситуации за профессиональной помощью, многие люди обычно ищут поддержки у друзей, у коллег, в семье. Рассмотрим, как это происходит у детей.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;
* жалуются кому-то;
* говорят об этом родителям.

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 Вам кажется, чего ребенок (подросток) ждет от родителей, когда у него плохое настроение в случае неудачи, волнения, огорчения?*Что Вы, как родители, можете сделать для них дома, в семье в следующей ситуации:* *Варианты для родителей учеников младших классов:** Если у ребенка мало или совсем нет друзей?
* Если Ваш ребенок говорит Вам, что кто-то из одноклассников часто его обзывает?
* Если ребенок волнуется перед каким-либо тестом, например, перед проверкой скорости чтения или знания таблицы умножения?

*Варианты для родителей учеников средних классов:** Если Ваш ребенок поссорился со своим другом или подругой?
* Если Ваш ребенок говорит Вам, что кто-то из одноклассников часто его обзывает?
* Если Вашему сыну или дочери предстоит выполнить какое-либо задание на ловкость, скорость, физическую силу, и ребенок волнуется, не желая показаться слабым, неловким, неумелым в общем, хуже других?

*Вариант  для родителей старшеклассников:** Если Ваш сын поссорился со своей девушкой (Если Ваша дочь поссорилась со своим парнем)?

**На доске заголовок:**«Какой помощи дети ждут от родителей в случае неудачи, волнения, огорчения?» * Если Ваш сын (дочь) очень волнуется перед ЕГЭ, ГИА?
* Если Вашему сыну или дочери предстоит выполнить какое-либо задание на ловкость, скорость, физическую силу, и подросток волнуется, не желая показаться слабым, неловким, неумелым - в общем, хуже других?

 *Возможные ответы для всех групп:*- что-то посоветовать;- рассказать о похожем случае из своего детства;- выслушать;- ободрить;- обнять;- отвлечь, рассказать что-то веселое. Что из этого списка Вам кажется самым важным?  | Запишите версии родителей об ожидаемой детьми помощи от них (для использования на следующем этапе обсуждения). Следите, чтобы внимание родителей не фокусировалось долго на советах, поощряйте поиск разных способов поддержки  |
| **3. Продолжение группового обсуждения: «Как поддержать друг друга в семье родителям и детям?»** *Вопросы для обсуждения* * А как умеют Ваши дети поддерживать других членов семьи - братьев, сестер, родителей?
* Какими способами поддержки они уже владеют в своем возрасте?
* Как Вам кажется, с какого возраста дети должны уметь это делать?
* Где и как в жизни это может им пригодиться?
* Как Вы думаете, каким образом Вы могли бы научить их этому?

  | Акцентируйте внимание родителей на том, что взаимоподдержка в семье очень важный навык. Он повышает сплоченность семьи, стрессоустойчивость всех ее членов и помогает быстрее и с минимальными издержками справляться с жизненными трудностями, периодически возникающими в нашей жизни.  |
| **4. Информационный блок: «Какими умениями должен обладать хороший друг, помощник?»**Вот, что считают по этому поводу люди, многие годы занимающиеся поддержкой других людей. Чад Вара, организовавший первый телефон доверия, заметил, что хороший консультант на телефоне доверия выходит из дружелюбного человека, который обладает такими качествами:* не осуждает других;
* больше выслушивает, чем советует;
* допускает, что при определенных обстоятельствах подобная трудная ситуация могла приключиться и с ним;
* терпелив;
* заинтересован в другом человеке;
* разговаривает без всякой снисходительности, на равных;

Согласитесь, это не простой набор качеств. Не все друзья или родители умеют так поддерживать и выслушивать. В этом нет ничьей вины. Просто в некоторых случаях действительно не так легко найти подходящий способ, который ободрит ребенка и придаст ему надежду и уверенность. Кроме того, в некоторых вопросах, ребенку не хочется волновать родителей, или он может бояться критики и активного вмешательства взрослых в те его дела, где для него важно справиться и разобраться самому. Поэтому родителям важно поощрять детей пользоваться услугой детского телефона доверия. В этих случаях помощь специалиста, который настроен дружелюбно и нейтрально (не испытывает волнения или недовольства) может оказаться весьма полезной и подходящей для ребенка. Примечательно, что позвонившие дети никогда не жалуются на родителей, даже, если поводом для звонка послужила ссора с ними. Дети интересуются тем, что именно они сами могли бы предпринять в трудной ситуации. Дети всегда преданы своим родителям. А консультант использует все свое мастерство для поддержки ребенка и примирения близких. Поэтому вскоре вслед за взрослыми телефонами доверия, были организованы телефоны доверия для детей. В настоящее время в России даже активно действует профессиональная Российская Ассоциация Детских телефонов доверия. В ее целях - обеспечить российским детям и подросткам качественную и профессиональную помощь в Службах детского телефона доверия.  | Сравните с родителями данный список и список ожидаемой от них детьми помощи, который получился в ходе предыдущего обсуждения.  |
| **5. Информационный блок: «Как устроен Телефон****доверия?»**В Службе детского телефона доверия работают специально обученные специалисты - психологи.Телефон доверия дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги. Телефон доверия открыт для каждого человека. В том числе и для родителей. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Основная идея состоит в том, что любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь. Человек может поделиться с консультантом телефона доверия любой беспокоящей его проблемой, особенно той, которую сложно обсудить с родными и знакомыми. Помощь на телефоне доверия всегда анонимна. Позвонивший и консультант не должны сообщать свою фамилию, адрес и другие данные. Достаточно просто назвать свое или вымышленное имя для удобства общения. Обращаясь на телефон доверия, человек может получить интересующую его информацию. Каждый телефон доверия работает в своем определенном режиме круглосуточно или по расписанию   |                                 |
| **6. Групповая работа: «С какими вопросами можно обратиться на детский телефон доверия?»***Мозговой штурм «Трудные ситуации в жизни детей и родителей, или с какими вопросами можно обратиться на детский телефон доверия?»**Задание*: *разработать список вопросов и возможных трудностей в жизни родителей и детей/ младших подростков/старших подростков, которые можно было бы обсудить с консультантом телефона доверия*.Обсуждение итогов мозгового штурма.*Вывод*: в жизни много вопросов и трудностей. Любой ребенок может попасть в ситуацию, когда ему будет нужна помощь. В этот момент важно быть услышанным.У подростков легко меняется настроение, возможны резкие колебания в короткий промежуток времени от радости и счастья до полного отчаяния. Поэтому так важно, когда родителей нет рядом, иметь возможность проконсультироваться со специалистом, который убережет от конфликтов и необдуманных импульсивных поступков, включая суицид, расставания со старыми друзьями, одноклассниками, домом, привыкание к новой школе, новым людям, переживание отсутствия друзей первое время. ДЕТИ И ПОДРОСТКИ МОГУТ ПОЗВОНИТЬ, ЕСЛИ:- поссорился с друзьями;-  ребенок (подросток) чувствует одиночество;- ребенок (подросток) чего-то боится;- не ладится в школе;- все время плохое настроение;- ребенок переживает развод родителей;- тяжело болен член семьи;- мучают и пугают мысли о смерти.РОДИТЕЛИ МОГУТ ПОЗВОНИТЬ, ЕСЛИ:- ребенок не слушает родителя;- ребенок плохо учится;- родителей что-то беспокоит, тревожит в поведении ребенка, его настроении;- не получается общаться без крика и угроз;- в семье между ребенком и родителями участились ссоры и конфликты;- нужно посоветоваться перед обсуждением с подростком какой-либо трудной ситуации в семье;- кажется, что ребенок что-то скрывает, очень изменился;- Вам просто плохо, и не хочется «срываться на близких» из-за собственного раздражения, т.е. надобыстро прийти в нормальное состояние... | Правила мозгового штурма: чужие версии не критиковать, записывать все, что прозвучали.Ведущий записывает на доске предложения родителей. Если поначалу процесс идет трудно, предлагайте свои версии. Например: дети и подростки могут позвонить если:- семья переехала в другой город, район;- если подростка мучают и пугаютмысли о смерти.  |
| **7***.***Информация о службе Детского телефона доверия**ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ ОКАЗЫВАЕТСЯ АНОНИМНО ИБЕСПЛАТНО!**8-800-2000- 122**  | Расскажите родителям о том, где в школе размещена информация об общероссийском детском телефоне доверия.Порекомендуйте родителям внести номер в список контактов на своем мобильном телефоне. Выделите время для этого прямо на родительском собрании. Родителям учеников младших и средних классов порекомендуйте вместе с ребенком внести номер в список контактов на мобильном телефоне ребенка. Родителям учеников старшихклассов: посоветуйте подросткам внести номер детского телефона доверия в свою базу контактов. Сделайте это по возможности ненавязчиво и серьезно. Скажите, что Вы, родители, считаете это услугу важной, и сами уже сделали это. |