

План родительского собрания
«17 мая – Международный день детского телефона доверия
или Помочь ребенку – помочь семье»
с вариантами вопросов для обсуждения
для родителей учеников младших, средних и старших классов

ЦЕЛЬ:

- Информировать родителей о том, для чего предназначена и как работает служба детского телефона доверия
- Мотивировать родителей поощрять детей обращаться на детский телефон доверия в сложных случаях, когда не хватает поддержки
- Мотивировать родителей обращаться за помощью на детский телефон доверия в трудных ситуациях воспитания и общения с детьми

ЗАДАЧИ:

- Рассказать о службе детского телефона доверия как о виде психологической помощи
- Продискутировать тему «Как поддержать друг друга в семье родителям и детям?»
- Обсудить навыки помогающей поддержки
- Обсудить с родителями примерные вопросы, с которыми они и дети могут обратиться на телефон доверия

ВЕДУЩИЕ: Классный руководитель, психолог

ХОД СОБРАНИЯ

Содержание	Рекомендации для ведущего собрания
<p>1. Информационный блок. «Детский телефон доверия – самый популярный и широко известный вид экстренной психологической помощи детям»</p> <p>Сегодняшнее собрание проходит в рамках празднования Международного дня детского телефона доверия. Россия присоединилась к его празднованию с 17 мая 2009 года.</p> <p>В рамках Международного дня детского телефона доверия по всей стране проводятся акции на</p>	<p><i>На классной доске слайды или надпись с указанием темы родительского собрания:</i></p> <p><i>«17 мая – Международный день детского телефона доверия»,</i></p> <p><i>«Общероссийский номер службы детского телефона доверия 8-800-2000-122»</i></p> <p><i>В помещении вывешены плакаты о детском телефоне доверия, на</i></p>

<p>площадях и улицах; уроки доверия, классные часы и творческие конкурсы в школах, во время которых дети узнают о телефоне доверия. В 26 регионах в этот день дети могут бесплатно посещать парки культуры и отдыха, музеи, кинотеатры, концерты, мероприятия в библиотеках в связи с объявленным праздником. Так государство и организации, работающие с детьми, привлекают внимание детей и общественности к важной и полезной услуге.</p> <p>Разные средства массовой информации 17 мая одновременно размещают информацию о празднике, о службах детского телефона доверия и напоминают россиянам, что с 2010 года во всех городах России номером детского телефона доверия стал общероссийский номер 8-800-2000-122.</p> <p>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 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.</p>	<p><i>партах разложены буклеты о службе детского телефона доверия.</i></p>
<p>2. Групповое обсуждение «Как поддержать друг друга в семье родителям и детям?»</p> <p>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.</p>	<p><i>На доске заголовок:</i></p> <p>«Какой помощи дети ждут от родителей в случае неудачи, волнения, огорчения?»</p> <p><i>Запишите версии родителей об ожидаемой детьми помощи от них (для использования на следующем</i></p>

<ul style="list-style-type: none">• Что делают Ваши дети, когда у них плохое настроение? Как они «сигналят» о том, что им плохо? <p><i>Возможные ответы:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• замыкаются• не хотят общаться• капризничают• злятся• жалуется кому-то• говорят об этом родителям <p>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.</p> <ul style="list-style-type: none">• 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: <p>Варианты для родителей учеников младших классов:</p> <ul style="list-style-type: none">• 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? <p>Варианты для родителей учеников средних классов:</p> <ul style="list-style-type: none">• 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 Вашей дочери предстоит выполнить какое-либо задание на ловкость, скорость, физическую силу, и ребенок волнуется, не желая показаться слабым, неловким, неумелым – в общем, хуже других?	<p><i>этапе обсуждения)</i></p> <p><i>Следите, чтобы внимание родителей не фокусировалось долго на советах, поощряйте поиск разных способов поддержки.</i></p>
--	--

<p>Варианты для родителей старшекласников:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Если Ваш сын поспорил со своей девушкой (Если Ваша дочь поспорила со своим парнем)? • Если Ваш сын (Ваша дочь) очень волнуется перед ЕГЭ? • Если Вашему сыну или Вашей дочери предстоит выполнить какое-либо задание на ловкость, скорость, физическую силу, и подросток волнуется, не желая показаться слабым, неловким, неумелым – в общем, хуже других? <p><i>Возможные ответы для всех групп:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – что-то посоветовать – рассказать о похожем случае из своего детства – выслушать – ободрить – обнять – отвлечь, рассказать что-то веселое <ul style="list-style-type: none"> • Что из этого списка Вам кажется самым важным? 	
<p>3. Продолжение группового обсуждения. «Как поддержать друг друга в семье родителям и детям?»</p> <p>Вопросы для обсуждения</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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? 	<p><i>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.</i></p>
<p>4. Информационный блок. «Какими умениями должен обладать хороший друг, помощник?»</p> <p>Вот, что считают по этому поводу люди, многие годы занимающиеся поддержкой других людей. Чад Вара, организовавший первый телефон доверия, заметил,</p>	<p><i>Сравните с родителями данный список и список ожидаемой от них детьми помощи, который получился в ходе предыдущего обсуждения.</i></p>

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.

<p>5. Информационный блок. «Как устроен Телефон Доверия?»</p> <p>В службе детского телефона доверия работают обученные специалисты - психологи. На некоторых Телефонах доверия могут работать даже прошедшие специальное обучение подростки – туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наболевшем со сверстником, чем со взрослым.</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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 	<p><i>Рассказывая о телефоне доверия, акцентируйте внимание родителей на выделенных ключевых моментах</i></p>
<p>6. Групповая работа «С какими вопросами можно обратиться на детский телефон доверия?»</p> <p>Мозговой штурм «Трудные ситуации в жизни детей и родителей, или с какими вопросами можно</p>	<p><u>Правило мозгового штурма</u>: чужие версии не критиковать, записывать все, что прозвучало.</p> <p>Ведущий записывает на доске предложения родителей. Если</p>

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 уберезет от конфликтов и необдуманных импульсивных поступков, включая суицид.

поначалу процесс идет трудно, предлагайте свои версии.

Например:

Дети и подростки могут позвонить:

- *если семья переехала в другой город, район (переживание расставания 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;*
- *если не ладится в школе; - если все время плохое настроение;*
- *если ребенок переживает развод родителей;*
- *если тяжело болен член семьи;*
- *если мучают и пугают мысли о смерти; ...*

РОДИТЕЛИ МОГУТ ПОЗВОНИТЬ ЕСЛИ:

- *ребенок не слушает родителя;*
- *если ребенок плохо учится;*
- *если родителей что-то беспокоит, тревожит в его поведении, настроении;*
- *если не получается общаться без крика и угроз;*
- *если в семье между ребенком и родителями участились ссоры и конфликты;*

	<ul style="list-style-type: none"> – 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 ... <p>С родителями старшеклассников на эту работу и ее обсуждение можно выделить больше времени, чем с родителями учеников младших и средних классов. Добавить вопрос, с которым подросткам и их родителям можно обратиться на детский телефон доверия:</p> <p><i>- Если подростка мучают и пугают мысли о смерти</i></p>
<p>7. Информация о местной и региональной Службе детского телефона доверия</p> <p>ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ ОКАЗЫВАЕТСЯ АНОНИМНО И БЕСПЛАТНО!</p> <p>8-800-2000-122</p>	<p><i>Расскажите родителям о том, где в школе размещена информация об общероссийском (или местном) детском телефоне доверия.</i></p> <p><i>Порекомендуйте родителям внести номер в список контактов на своем мобильном телефоне. Выделите время для этого прямо на родительском собрании.</i></p> <p><i>Родителям учеников младших и средних классов</i></p> <p><i>порекомендуйте родителям и ребенку вместе внести номер в список контактов на мобильном телефоне ребенка.</i></p> <p><i>Родителям учеников старших классов</i> рекомендуем: <i>«Посоветуйте подросткам внести номер детского телефона доверия»</i></p>

	<p><i>в свою базу контактов. Сделайте это по возможности ненавязчиво и серьезно. Скажите, что Вы, родители, считаете эту услугу важной, и сами уже сделали это».</i></p>
--	--