**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Мероприятие 1.** *Вводное занятие с элементами тренинга «Тепло семьи»*

1. Игра «Знакомство»
2. Знакомство с целями и задачами профилактической программы *(Презентация)*
3. Игра «Похвали себя»
4. Упражнение «Азбука эмоций»
5. Упражнение «Символ семьи»
6. Упражнение «Законы семьи»
7. Диагностическое упражнение «Домик»
8. Тест «Имя существительное»
9. Упражнение «Азбука эмоций» (рефлексия)
10. Заключительное слово психолога

Диагностирование родителей:

Анкета «Семейные отношения»

Анкета «Чего я жду от родительского всеобуча»

Тематический опросник «Какая(ой) я?»

Подготовка памяток для родителей *«Как Рекомендации по развитию положительных эмоций вашего ребенка»*

**Мероприятие 2.** *Родительское собрание «Жизнь возможна. Испытайте ее!» (7,8 классы)*

1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей собрания *(Презентация)*
2. Вступление. *Африканская сказка «Сказка о пауке – собирателе мудрости»*
3. Анатомо-физиологическая перестройка организма подростка и ее влияние на развитие учащегося *(выступление врача-педиатра Романовой Т.Г.)*
4. Психология подростка. Чувство взрослости. (*Презентация*)
5. Ошибки в школьном и семейном воспитании подростков
6. Основные правила жизни и воспитания подростков (*с использованием текста из книги* *В.Л. Леви «Как воспитывать родителей, или новый нестандартный ребенок»*)
7. Подведение итогов

Диагностирование родителей и школьников:

1. Тест «Знаете ли Вы подростковую психологию?»
2. Анкета «Обратная связь»
3. Опросник «Айзенка»

Подготовка памяток для родителей «*Как без посторонней помощи, просто и эффективно испортить жизнь себе и сыну (дочери) – подростку» (автор А.М. Прихожан)*

**Мероприятие 3.** *Родительское собрание «Психологические особенности старшего школьного возраста» (9 класс), форма - лекция*

1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей собрания *(Презентация)*
2. Вступление.
3. Анатомо-физиологические особенности старших школьников (*выступление Родненко Г.В., медицинского работника МБОУ Гимназия*)
4. Психологические особенности возраста (*Презентация*)
5. Подведение итогов

Диагностирование родителей:

1. Тест «Знаете ли Вы подростковую психологию?»
2. Анкета «Обратная связь»
3. Опросник «Айзенка»

Подготовка памяток для родителей «*Как без посторонней помощи, просто и эффективно испортить жизнь себе и сыну (дочери) – подростку» (автор А.М. Прихожан)*

**Мероприятие 4.** *Лекторий «Мифы и реальность относительно причин самоубийств»*

Мероприятие проводит приглашенный специалист - Сусоева Н.В., инспектор РОВД КДН.

1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей собрания *(Презентация)*
2. Представление о суициде (*презентация*)
3. Мифы и реальность в вопросах суицида *(презентация)*
4. Личностные особенности человека, склонного к суициду *(презентация)*
5. Факторы суицидального риска (*презентация*)
6. Признаки суицидального риска (*презентация*)
7. Динамика развития суицидального поведения (*презентация*)
8. Подведение итогов

Диагностирование родителей:

1. Анкета «Обратная связь»

**Мероприятие 5.** *Обучающий семинар «Подростковый суицид»*

1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей собрания *(Презентация)*
2. Особенности суицидального поведения детей и подростков *(выступление приглашенного специалиста - Виткаловой Т.К., главного специалиста КДН и ЗП)*
3. Основные мотивы суицидального поведения детей и подростков (*презентация*)
4. Эмоциональные реакции, которые наиболее часто приводят к суициду у подростков (*презентация*)
5. Проявления предсуицидального поведения (эмоциональные, словесные, поведенческие, вегетативные)
6. Что можно сделать для того, чтобы помочь (*презентация*)
7. Беседа с родителями
8. Подведение итогов

Диагностирование родителей:

1. Анкета «Что я знаю о подростковом суициде»
2. Анкета «Обратная связь»

Подготовка памяток для родителей «*Причины суицидального поведения», «Проявления предсуицидального поведения», «Как изменить ситуацию», «Признаки депрессивного состояния у детей и подростков»*

Подготовка информационного бюллетеня телефонов доверия и других кризисных телефонов.

**Мероприятие 6.** *Групповой тренинг «Родительская эффективность»*

Занятие № 1 *«Я – родитель»*

1. Приветствие «Знакомство руками».
2. Упражнение «Пантомима».
3. Групповая работа «Цели воспитания».
4. Упражнение «Родитель-ребенок».
5. Упражнение «Слепой и поводырь».
6. Упражнение «Возрастная регрессия».
7. Упражнение «Диалог сторон моего Я».
8. Домашнее задание.
9. Рефлексия занятия.

Занятие № 2 *«Учимся требовать и контролировать»*

1. Разминка «Ассоциации».
2. Упражнение «Разожми кулак».
3. Обсуждение домашнего задания.
4. Информационный блок.
5. Работа в парах «Зоны контроля».
6. Упражнение «Родительские требования».
7. Упражнение «Анализ общения матери с ребенком».
8. Упражнение «Испорченный телефон».
9. Домашнее задание.
10. Рефлексия.

Занятие № 3 *«Счастливая семья»*

1. Упражнение «Ластик».
2. Упражнение «Положительные и отрицательные качества ребенка».
3. Упражнение «Я – ребенок».
4. Упражнение «Безоценочное восприятие».
5. Упражнение «Я забочусь …».
6. Упражнение «Я-высказывание».
7. Упражнение «Передай сигнал».
8. Арт-терапия «Мой ребенок».
9. Работа по подгруппам «Права родителей и детей».
10. Рефлексия занятия. Прощание.

**Мероприятие 7.** *Психологический практикум «Современный подросток – кто он?»*

1. Приветствие
2. Организационный момент. Постановка проблемы и целей встречи *(Презентация)*
3. Мини-лекция «Особенности подросткового возраста» (основные тезисы) (*презентация*)
4. Упражнение «Портрет современного подростка»
5. Мини-лекция «Роль детско-родительских отношений в развитии личности ребенка (подростка)» (*презентация*)
6. Упражнение «Обзывалки»
7. Упражнение «Работа с гневом»
8. Анализ анкет учащихся
9. Упражнение «Я-высказывания»
10. Обсуждение правил общения с подростком (презентация)
11. Обратная связь

Диагностирование родителей и школьников:

* 1. Анкета «Ребенок глазами родителей»
	2. Анкета «Обратная связь»
	3. Анкета для учащихся

Подготовка памяток для родителей *«Портрет современного подростка», «Способы выражения гнева», «Основные правила, которые необходимо учитывать родителям при взаимодействии с подростком»*

**Мероприятие 8.** *Родительское собрание «Жизнь – это приключение. Решитесь на него!»*

Собрание проводится совместно с учащимися.

В качестве рефери - приглашенный гость Рожнова О.Е., директор МБКУ НРЦБ

1. Организационный момент. Создание эмоционального настроя. Знакомство с темой собрания. Постановка целей.
2. На что жалуются родители? На что жалуются подростки? *(Дискуссия между родителями и подростками)*
3. Подведение итогов дискуссии по первому вопросу (*Рожнова О.Е., по материалам статьи А.М. Прихожан «Родители жалуются на подростков. Подростки жалуются на родителей»*).
4. Главные пусковые механизмы стресса детско-родительских отношений *(Дискуссия между родителями и подростками)*
5. Подведение итогов дискуссии по второму вопросу (*Рожнова О.Е.)*
6. Как победить стресс и достойно выйти из него? *(Дискуссия между родителями и подростками)*
7. Подведение итогов дискуссии по второму вопросу (*Рожнова О.Е.)*
8. В чем же вы разные, отцы и дети? *(Беседа между родителями и подростками)*
9. Чему вы можете научить друг друга, отцы и дети? (*(Беседа между родителями и подростками)*
10. Совместное создание кодекса родителей и подростков.
11. Подведение итогов по созданию кодекса (*Рожнова О.Е., на основе «Билля о правах родителей» Эверетта Шострома)*
12. Подведение итогов.

Диагностирование родителей и школьников:

1. Тест «Потребность в поисках ощущений»
2. Анкета «Обратная связь»

Подготовка памяток для подростков *«Билль о правах родителей»*

Подготовка памяток для родителей *«Каталог эффектов типичных родительских ответов»*

**Мероприятие 9.** *Родительское собрание «Бесконфликтное воспитание. Повторяем известное…»*

* 1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей родительского собрания *(Презентация)*
	2. Вступительное слово.
	3. Принципы демократичного общения с подростком.
	4. Стереотипы представлений о семейном воспитании
	5. Первый этап работы по преодолению конфликтной ситуации
	6. Психотренинг
	7. Второй этап – передача ребенку ответственности за собственную жизнь
	8. Практическая часть
	9. Словесная педагогика
1. Беседа с родителями по теме собрания.
2. Поведение итогов

Диагностирование родителей

«Стиль родительского поведения» Степанов С.С.

Анкета «Обратная связь»

**Мероприятие 10.** *Групповой тренинг «Общение с ребенком»*

1. Приветствие «Комплимент».
2. Обсуждение домашнего задания.
3. Информационный блок.
4. Упражнение «Активное слушание».
5. Упражнение «Никто не знает, что…».
6. Творческая работа «Портрет моего ребенка».
7. Рефлексия чувств.
8. Домашнее задание.

**Мероприятие 11.** *Родительское собрание «Типичные ошибки родителей в воспитании детей»*

* 1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей родительского собрания *(Презентация)*
	2. Корыстное отношение
	3. Насилие (*Выступление приглашенного специалиста - Виткаловой Т.К., главного специалиста КДН и ЗП)*
	4. Чтение морали
	5. Выбор за ребенка увлечения, профессии (*Выступление приглашенного специалиста - Перевозной Е.М. начальника ГКУ «Центр социальной поддержки Сахалинской области отделение по Ногликскому району»)*
	6. Чрезмерная строгость и чрезмерная мягкость
	7. Жалость
	8. Недоверие
	9. Несправедливость
	10. Признаки неправильной тактики родителей
	11. Подведение итогов

Диагностирование родителей

Анкета «Обратная связь»

Подготовка памяток для родителей *«Признаки неправильной тактики родителей», «Жестокое обращение с детьми»*

**Мероприятие 12.** *Лекторий «Личность в подростке: миф или реальность?»*

* 1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей родительского собрания *(Презентация)*
	2. Понятие «Личность»
	3. Личность подростка. Знакомство с результатами анкетирования подростков.
	4. Типы характеров. *(Выступление приглашенного специалиста - Фурсенко Н.М., психиатра ГБУЗ «Ногликская ЦРБ»)*
	5. И такое бывает…(вещизм, вспыльчивость, дерзость, небрежное выполнение или невыполнение заданий на дом, игнорирование просьб родителей, импульсивность, давление со стороны сверстников, тревожность, цинизм, эгоизм) *(Выступление приглашенного специалиста – Тищенко Т.В., методиста-психолога)*
	6. «Барчук»
	7. Обсуждение предложенной ситуации
	8. Подведение итогов

Диагностирование родителей

1. Анкета «Обратная связь»

Диагностирование подростков

1. Тест «Ваша индивидуальность»

Подготовка памяток для родителей *«Типы характеров и стратегии воспитания», «Частные проблемы подростков и способы справиться с ними»*

**Мероприятие 13.** *Круглый стол с элементами ситуационной игры «Семья, школа и психическое здоровье старшеклассников»*

1. Что такое психическое здоровье? *(Презентация)*
2. Чем вызвано обращение к этой проблеме?
3. Каковы общие причины нарушения психического здоровья ребенка? *(Презентация)*
4. Как исключить стрессогенные факторы в практике семейного воспитания?

Диагностирование школьников и родителей:

1. Анкета для родителей «Психическое здоровье»;
2. Тест «Шкала социальной адаптации»
3. Тест-анкета для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья
4. Анкета «Обратная связь»

Подготовка памяток для родителей *«Как сохранить психическое здоровье»*

**Мероприятие 14.** *Социально-психологический тренинг для родителей*

Занятие №1 *«Общение: умение слушать»*

1. Разминка «Привет себе»
2. Упражнение «Испорченный телефон»
3. Информационный блок «Психология общения»
4. Упражнение «Рисование по инструкции»
5. Упражнение «Слушание в разных позах»
6. Анкета «Умеете ли Вы слушать?»
7. Задание «Случай из жизни» (создание списка «Умение слушать»)
8. Задание «Послушай меня»
9. Рефлексия, обратная связь

Занятие №2 *«Общение: умение говорить»*

1. Разминка «Копирование движений»
2. Упражнение «Вавилонская башня»
3. Информационный блок «Я - высказывания»
4. Задание «Я - высказывания»
5. Игра-загадка «МПС»
6. Упражнение «Поиск предметов»
7. Упражнение «Совместный счет»
8. Рефлексия, обратная связь

**Мероприятие 15.** *Родительское собрание «Агрессивность подростка, ее причины и последствия»*

1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей родительского собрания *(Презентация)*
2. Понятие «Агрессия». Причины проявления подростковой агрессии (*выступает приглашенный специалист - Фурсенко Н.М., психиатр ГБУЗ «Ногликская ЦРБ»)*
3. Возможные способы преодоления агрессивности

Диагностирование школьников и родителей:

1. Анкета для родителей «Качества характера моего ребенка»;
2. Анкета для родителей «Отношения в семье»
3. Тест для учащихся «Десять «Я»
4. Анкета для учащихся «Что меня радует и огорчает»
5. Анкета «Обратная связь»

Подготовка памяток для родителей *«Как предупредить подростковую агрессивность», «Агрессивный подросток. Что делать?»*

**Мероприятие 16.** *Групповой тренинг «Взрослые и дети»*

1. Разминка «Цветок настроения».
2. Выработка и принятие правил группы.
3. Упражнение «Знакомство с семьей».
4. Самостоятельная работа с бланком анкеты «Внутренний мир».
5. Информативный блок.
6. Упражнение «Пойми чувства ребенка».
7. Упражнение «Я-сообщение».
8. Рефлексия, обратная связь.
9. Домашнее задание.

**Мероприятие 17.** *Лекторий «Жизнь – вызов. Примите его!»*

1. Организационный момент. Постановка проблемы и целей мероприятия *(Презентация)*
2. Вступительное слово.
3. Трудности в жизни подростка (*презентация*)
	1. Трудности в обучении
	2. Проблема сферы влияния, комфортности. Анализ анкет учащихся.
	3. Проблема одиночества
4. Суицид в жизни подростка (*Выступление приглашенного специалиста - Виткаловой Т.К., главного специалиста КДН и ЗП*)
5. Подведение итогов (использование отрывка из произведения В.Л. Леви «Полет начинается сверху»).

Диагностирование школьников и родителей:

1. Методика определения эмоциональной напряженности (для учащихся);
2. Анкета «Что я знаю о подростковом суициде» (повторно)
3. Анкета «Обратная связь»

**Мероприятие 18.** *Групповой тренинг «Покажи мне любовь»*

1. Приветствие.
2. Обсуждение домашнего задания.
3. Информационный блок.
4. Психогимнастическое упражнение «Передай эмоцию».
5. Упражнение «Искатели».
6. Упражнение «Мне в тебе нравится…».
7. Рефлексия.

**Мероприятие 19.** *Тематический вечер «Идеальные родители» (завершающее мероприятие)*

1. Организационный момент. Постановка целей мероприятия *(Презентация).*
2. Вступление.
3. 1-й конкурс «Возрастная психология»
4. Первая характеристика идеального родителя – любовь и принятие ребенка таким, какой он есть.
5. Вторая характеристика идеального родителя – помощь в понимании мира.
6. 2-й конкурс «Темперамент»
7. Третья характеристика – последовательность и согласованность в действиях, запретах и разрешениях.
8. Четвертая характеристика – умение слышать и понимать ребенка.
9. 3-й конкурс «Я-послания»
10. Пятая характеристика – расти вместе с ребенком, учитывая, что перед детьми и подростками на разных этапах развития стоят разные задачи.
11. Шестая характеристика – ценить и уважать свою уникальность, свободу и развитие.
12. Подведение итогов. Анализ результатов реализации родительского всеобуча. Вручение диплома участника программы родительского всеобуча.

Диагностирование школьников и родителей:

1. Тест «Знаете ли Вы подростковую психологию?» (повторно)
2. Анкета «Оценка всеобуча»
3. Анкета «Родители глазами детей»