**Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования**

**«Центр психолого-педагогической и медико-социальной помощи**

**муниципального образования Алапаевское»**

**ПРОГРАММА**

**родительского всеобуча**

**по профилактике детского суицида**

**«Мы выбираем жизнь»**

В реализации данной программы принимают участие родители подростков 15-16 лет.

Продолжительность реализации программы – 4 месяца:

1-й этап – теоретический

2-й этап – практический

Занятия проводятся 2 раза в месяц.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п\п | Перечень разделов и тем | Форма занятий | Кол-во  часов |
| 1. | Суицид среди подростков: что должны знать родители? | Лекционно-семинарское занятие | 2 |
| 2. | Профилактика подросткового суицида | Лекционно-семинарское занятие | 2 |
| 3. | Как помочь подростку в стрессовой ситуации? | Практико-ориентированный семинар | 2 |
| 4. | Мой подросток: что меня беспокоит? | Тренинговое занятие | 2 |
| 5. | Мой подросток: какой он на самом деле? | Тренинг | 2 |
| 6. | Подросток: почему он такой? | Тренинг | 2 |
| 7. | Подросток: нуждается ли он в помощи? | Тренинг | 2 |
| 8. | Подросток: что значит для меня то, что он взрослеет? | Тренинг | 2 |

**Занятие 1.**

**Суицид среди подростков: что должны знать родители?**

Цели:

* познакомить родителей с основными понятиями суицидального поведения подростков;
* обсудить основные признаки и причины подростковых самоубийств.

**Занятие 2.**

**Суицид среди подростков: что должны знать родители?**

Цели:

* определение роли родителей в профилактике суицидальных попыток;
* выработка рекомендаций по профилактике суицидального поведения подростков.

**Занятие 3.**

**Как помочь подростку в стрессовой ситуации?**

Цель:

* расширение знаний родителей о способах профилактики стрессовых состояний подростков.

**Занятие 4.**

**Мой подросток: что меня беспокоит?**

Цели:

* создание предпосылок для формирования доверительных отношений в группе;
* прояснение проблем и запросов участников группы;
* усиление мотивации участников группы.

**Занятие 5.**

**Мой подросток: какой он на самом деле?**

Цели:

* переработка негативных чувств в отношении подростков;
* формирование объективного представления о подростках.

**Занятие 6.**

**Подросток: почему он такой?**

Цели:

* знакомство с задачами подросткового возраста;
* прояснение причин подростковой ранимости и жестокости.

**Занятие 7.**

**Подросток: нуждается ли он в помощи?**

Цели:

* осознание того, что является настоящей помощью подростку;
* формирование умения оказывать помощь подросткам.

**Занятие 8.**

**Подросток: что значит для меня то, что он взрослеет?**

Цели:

* осознание родителями собственных страхов, связанных с взрослением детей;
* оказание помощи родителям, чтобы они лучше справлялись со своими страхами.