

**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 вырастет?	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.