**Сценарий**

 **«Единый родительский урок»**

 **для проведения во всех общеобразовательных учреждениях**

**Республики Бурятия**

 Дата проведения: 1 февраля 2017 года

 Время проведения: 60 минут

 Целевая аудитория: родители учащихся средних общеобразовательных учреждений, *педагогический состав социально - реабилитационных центров для несовершеннолетних, родители студентов средних специальных учебных заведений*

*Цель родительского собрания*: информирование родителей по первичной профилактике суицидального поведения детей и подростков.

 *Задачи:*

* Расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида;
* Напомнить правила безопасного поведения детей в социальных сетях, показать признаки принадлежности подростка к опасным интернет - сообществам и их профилактику;
* Предоставить возможность задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребенком.

*План проведения:*

1. Открытие мероприятия – 2 минуты.
2. Анкетирование для родителей: «Знаю ли я своего ребенка?» – 3 минуты.
3. Информационный блок: психологические особенности подростков, возрастные особенности суицидального поведения подростков - 15 минут.
4. Информационный блок: признаки компьютерной зависимости, опасные сайты, признаки принадлежности подростка к опасным интернет-сообществам – 13 минут.
5. Демонстрация ролика «Дети и родители в социальных сетях» - 7 минут.
6. Информационный блок: алгоритмы действия родителей по информационной безопасности подростков и профилактике суицидального поведения. Рекомендации родителям – 13 минут.
7. Видеофильм: «Что такое жизнь?», как трактуют это понятие родители, учителя, дети – 5 минут.
8. Обеспечение наглядным информационно – методическим материалом – 2 минуты.

***Ход Родительского урока***

***Слайдовая презентация «Родительский урок»***

1. ***(Слайды № 1,2)*  Открытие Родительского урока.** Приветствие родителей.

Обсуждаемые вопросы на родительском собрании.

1. ***Слайдовая презентация «Анкетирование родителей»***

**Проведение устного анкетирования родителей**

Для анкетирования предлагается перечень вопросов, которые помогут увидеть сегодняшнюю картину взаимоотношения родителя и подростка.

*Инструкция*: необходимо мысленно отвечать на вопросы «Да» или «Нет» на ответ дается 3 секунды.

**«Знаю ли я своего ребенка?»**

1. Было ли рождение Вашего ребенка желанным?

2. Вы каждый день его целуете, говорите ласковые слова или шутите с ним?

3. Вы каждый вечер разговариваете с ним по душам и обсуждаете прожитый им день?

4. Проводите ли Вы с ребенком свой выходной день?

5. Обсуждаете ли Вы с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?

6. Обсуждаете ли Вы с ним его внешний вид, моду, манеру одеваться?

7. Знаете ли Вы его друзей (чем они занимаются, где живут)?

8. Знаете ли Вы его о его времяпрепровождении, увлечениях, занятиях?

9. Знаете ли Вы о его влюбленности, симпатий?

10. Знаете ли Вы о его недругах, недоброжелателях, врагах?

11. Знаете ли Вы, какой его любимый предмет в школе?

12. Знаете ли Вы кто его любимый и нелюбимый учитель?

13. Идете ли Вы первыми на налаживание контакта, разговор?

14. Просите ли вы прощение у ребенка (хотя бы иногда)?

15. Не допускаете ли Вы оскорбления и унижение своего ребенка?

 *Интерпретация результатов:* Если на большинство вопросов ответ «Да», то это подтверждение верного родительского пути и того, что ситуация под контролем, а в трудную минуту родитель сможет оказать помощь своему ребенку.

1. ***Информационный блок: психологические особенности подросткового возраста, признаки суицидального поведения подростков.***

От опасных экспериментов с жизнью не застрахован ни один ребенок. Беда может незамеченной прокрасться в дом, разделив жизнь на «до» или «после».

Как нам – родителям уберечь своих детей от непоправимого?

Подростковые суициды в Бурятии – к сожалению, это не редкость. Бурятия по этому показателю занимает первое место в России.

Так почему именно подростки?

***Слайдовая презентация «Родительский урок» (продолжение)***

***(Слайд №3)*** Подростки в связи с психологическими особенностями возраста являются основной целевой аудиторией первичной профилактики суицидов, так как они более уязвимы во многих сферах жизни в силу именно возрастных особенностей

 Предлагаем рассмотреть основные характеристики подросткового возраста:

 • раздражительность и вспыльчивость подростка, острое переживание стрессовых ситуаций обусловлены гормональной перестройкой организма;

 • упрямство и стремление сделать все по-своему связано с его стремлениями к взрослости и самостоятельности;

 • возможность получить одобрение со стороны сверстников и завоевать их авторитет часто толкает подростков на совершение асоциальных поступков;

 • снижение интереса к учебе объясняется повышением интереса к своей внешности и противоположному полу;

 • подростки очень критично относятся к поведению других, но, к сожалению, еще не умеют критично оценивать себя и свои поступки, их самооценка очень быстро меняется от минуса к плюсу и зависит от ближайшего окружения.

 Таким образом, любое поведение подростка объяснимо и если учитывать возрастные особенности в воспитании, то кризис подросткового возраста пройдет более мягко.

 **(Слайд №4)** Представление о смерти существенно изменяется с возрастом и влияет на особенности суицидального поведения

У дошкольников от 3 до 6 лет некоторые представления о смерти уже, как правило, сформированы. Однако при этом они часто считают смерть уделом исключительно стариков, не допуская мысли о возможности прекращения собственной жизни. Кроме того, у большинства детей этого возраста нет понимания необратимости смерти

 Причинами суицидов у детей 7-10 лет чаще всего являются развод родителей, смерть близкого человека, животного. В этом возрасте у детей еще нет ценности жизни, а поэтому нет и страха смерти. Предпринимая попытку самоубийства, они думают, что все будут плакать и жалеть о том, что не согласились с ними, но они забывают о том, что им это будет уже не нужно.

А в возрасте 11-14 лет очень важную роль играет значимость микро групп, это может быть класс, дворовая компания и т. д. Конфликт там - для ребенка уже трагедия. И это так же может стать причиной детского суицида

Для старших подростков 15-17 лет смерть становится более очевидным явлением. Но фактически они ее отрицают для себя, гоняя на мотоциклах, экспериментируя с опасными веществами или будучи вовлеченными в другую привлекательную, но рискованную активность. Многие подростки, совершая суицид, прямо не предусматривают смертельного исхода. В отличие от взрослых у них отсутствуют четкие границы между истинной суицидальной попыткой и демонстративно - шантажирующим поступком.

Детская психика настолько ранима, что ребенок может уйти из жизни из-за конфликта с родителями или после воспитательной беседы в учительской. А также из-за неразделенной любви, влияния религиозных сект, бытовой неустроенности, отсутствия тепла и понимания со стороны родителей, внутренней опустошенности.

***(Слайд №5) Риску суицида подвержены дети и подростки с определенными психологическими особенностями***

* эмоционально чувствительные, ранимые;
* настойчивые («упертые») в особо трудных ситуациях и одновременно неспособные к компромиссам;
* негибкие в общении (их способы взаимодействия с окружающими достаточно однотипны и прямолинейны);
* склонные к импульсивным, эмоциональным, необдуманным поступкам;
* склонные к сосредоточенности на эмоциональной проблеме и к формированию сверхзначимого отношения к проблеме;
* пессимистичные;
* замкнутые, имеющие ограниченный круг общения

 Ошибаются те, кто утверждает, что к суициду склонны только дети из неблагополучных семей. Давно замечено, что чаще кончают с собой внешне вполне благополучные ребята из семей среднего и даже высокого достатка. Они умны, начитанны, впечатлительны и порой крайне эмоциональны. Дети же из неблагополучных семей, как правило, обладают высокой психологической выносливостью. Хотя и им порой не хватает сил выдержать все трудности, которые встречаются на их пути.

***(Слайд №6) Причины суицидального поведения***

Основными причинами для суицидального поведения (приведены в порядке уменьшения значимости) могут быть:

- Личностно-семейные конфликты:

несправедливое отношение (оскорбление, унижение, обвинение) со стороны родственников и окружающих;

потеря близкого друга, болезнь, смерть родных;

препятствия к удовлетворению актуальной потребности;

несчастная любовь;

недостаток внимания, заботы со стороны окружающих.

- Конфликты, связанные с антисоциальным поведением суицидента:

боязнь наказания или позора;

самоосуждение за неблаговидный поступок.

 - Конфликты в профессиональной или учебной сфере:

несостоятельность, неудачи в учебе или работе;

несправедливые требования к выполнению профессиональных или учебных обязанностей.

- Пребывание ребенка в опасных интернет – сообществах.

1. ***Информационный блок: признаки компьютерной зависимости, опасные сайты, признаки принадлежности подростка к опасным интернет-сообществам.***

 Родители считают, что их ребенок застрахован от суицида ввиду правильного воспитания, хорошей семьи, благосостояния, избытка внимания и понимания между детьми и близкими, к сожалению, это ошибочно, в соцсетях детей технически грамотно «зомбируют», уничтожают. Ребенок может попасть в сети независимо от его психологического настроя.

***(Слайд №7)*** *«Ловушки» в социальных сетях: на что следует обратить внимание родителям*

 *Обратите внимание на содержимое странички подростка в соцсетях:*

Что должно Вас насторожить?

 - Аватарка (фото на его личной странице в социальной сети). Закрывание лица руками, либо одеждой, мрачное, подозрительное фото

 - Псевдоним. Используется ли вместо имени «ники» мрачных животных, определенных эмоциональных состояний, загадочные слова или заклинания, такие как: «Одинокий Волк», «Вера Тоскливая» и т.д.

 - Аудиозаписи, которые он прослушивает. Печальная, депрессивная музыка, особенно посвященная смерти и загробной жизни должна насторожить родителя;

 - Видеозаписи. Присутствие непродолжительных роликов в черно-белом формате с изображениями китов, бабочек, геометрических фигур. Просмотр и обсуждение сериалов мистической направленности, со сценами жестокости, насилия;

 - Установление паролей, скрытие информации на всех девайсах, использование графического ключа для входа, постоянная очистка используемых браузеров, корзины;

 ***(Слайд №8)*** *К*артинки, пропагандирующие курение, наркотики, нетрадиционные половые взаимоотношения, отрицающие религию, критикующие традиции и праздники

 - Фотографии самоунижения, оскорбления себя, вплоть до нанесения себе травм, в частности и порезов, ожогов;

 - Чрезмерное увлечение копированием на своей страничке строчек из некоторых стихотворений, посвященных смерти, загробной жизни, а также цитат из мистических книг;

 ***(Слайд №9) -*** Фотографий китов, бабочек (живут один день. ), единорогов (сексуальная свобода/ или символ перехода в загробную жизнь), съемки с высоты, крыш и чердаков, слова и тексты на иностранных языках (иврит, греческий и другие языки*)*

 ***(Слайд №10) -*** Открытие электронных кошельков и банковских платежных систем («Веб Мани», «Киви», «Яндекс деньги»)

 - Установление специальных браузеров (Tor) для анонимного просмотра и входа в анонимный теневой/глубинный/скрытый интернет. (Существует ещё более глубокое и опасное место —  так называемая тёмная сеть (Dark Web).  Там торгуются запрещенные вещества, оружие, фальшивые деньги, украденные карточки, поддельные степени учёности или даже паспорта, клонированные дебетовые карты, инструменты для взлома сейфов и даже тяжёлое вооружение);

 ***(Слайд №11)*** – Обратите внимание в каких «группах» в социальных сетях состоит Ваш ребенок

 Вас должно насторожить присутствие групп, содержащих в названии следующее:

* «Киты плывут вверх», «Синие киты», «Море китов». Кит является одним из главных символов суицидальных групп, в связи с массовыми самоубийствами этих животных. Существуют множество гипотез - объяснений данного поведения. Наиболее популярной считается теория о том, что данный вид млекопитающих выбрасывается на берег в связи с потерей их ориентации из-за оглушительного гула субмарин в океане;«Разбуди меня в 4.20» - название групп отсылает к основному заданию этих сообществ, выходить на связь с администраторами ровно в 4 утра 20 минут;
* «f57», «f58»,«d28» - это простое сочетание буквы и цифр, не несущих какого-либо особого смысла;
* "Тихий дом" - согласно утверждениям участников подобных групп, Тихий дом - это некая точка невозврата в реальный мир. Попадая в «Тихий дом», человек переживает «информационное перерождение» и навеки сливается с сетью;
* «Рина», «Ня.Пока» - группы, названные по имени уссурийской студентки Ренаты Паленковой, покончившей собой и ее последнего обращения со своей личной страницы в социальной сети «Вконтакте»;
* «50 дней до моего самоубийства» - по одноименному названию романа Стейси Крамер, пользующегося популярностью у подростков – участников подобных сообществ.

Подозрительные Хэштеги: домкитов, млечныйпуть, 150звёзд, ff33, d28, хочувигру, #Никомуненужненькая,  [#f57](https://vk.com/feed?section=search&q=%23f57)  [#d28](https://vk.com/feed?section=search&q=%23d28)  [#морекитов](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%BC%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%B8%D1%82%D0%BE%D0%B2)  [#тихийдом](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D1%82%D0%B8%D1%85%D0%B8%D0%B9%D0%B4%D0%BE%D0%BC)

 [#хочувигру](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D1%85%D0%BE%D1%87%D1%83%D0%B2%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%83)  [#млечныйпуть](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%BC%D0%BB%D0%B5%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B9%D0%BF%D1%83%D1%82%D1%8C)[# F56](https://vk.com/feed?section=search&q=%23F56)  [#f58](https://vk.com/feed?section=search&q=%23f58)  [#няпока](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%BD%D1%8F%D0%BF%D0%BE%D0%BA%D0%B0) ;

 Существуют и другие подобные сообщества в социальных сетях. Стоит обратить внимание на те, в названиях которых используются загадочные слова, символы, фразы с описанием душевных переживаний, а их содержимое повествует о бессмысленности жизни, одиночестве и т.д

***(Слайд №12)*** *Использование определенного сленга в переписках, сообщениях и комментариях, оставляемых в общем доступе (возможно раньше ребенок этими словами не пользовался)*

 ***«Выпилиться»*** – покончить с собой\*

 ***«Квест»*** – вид игры, состоящий из серий заданий. Выполняя их, участники переходят на новые уровни игры\*

***«Конфа»*** - конференция между несколькими участниками на интернет - форумах или в социальных сетях

***«Фоловить»*** – следить за кем-либо или чем-либо\*

 ***«Форсить»*** – распространять или продвигать определенные идеи в интернете\*

\* Использование данных слов является сигналом рискованного поведения ребенка

 ***(Слайд №13)*** *Внешние признаки:*

 - выбривание девушками височной части головы, окрашивание волос в яркие зеленые и красные, синие цвета;

 - неоправданное желание похудеть, вступление в группы анорексии, фото худых девушек и юношей, и наоборот, полных людей в оскорбительных формах;

 - чрезмерное потребление кофе, нарушение сна, ранний утренний подъем;

 - долгое времяпрепровождение за компьютером, планшетом, в мобильном телефоне, постоянный обмен сообщениями;

 - ношение черной одежды с символикой, пропагандирующей смерть;

 - рисование на руках планет, масонских знаков, перевернутых крестов, сатанинских звезд и различных символов, побуждение сделать татуировки;

 - желание установить напротив кровати зеркало (принято считать, что зеркало являет собой особый проводник в потусторонний мир).

1. **Демонстрация ролика «Дети и родители в социальных сетях»**

***Слайдовая презентация «Родительский урок» (продолжение)***

***(Слайд № 14)*** *Что делать, если ребенок подсел на пагубные сообщества в социальных сетях?*

У любого родителя, сделавшего столь жуткое открытие, возникает закономерный вопрос: что делать в такой ситуации? Как найти подход к ребенку и уберечь его от пагубного влияния соцсетей и нежелательных последствий?

*1. Никакого шпионажа и агрессии.* Первая реакция родителей, которые узнали, что их дети сидят в группах, призывающих к суициду, - это усиление контроля. Мама или папа устраивают своему ребенку допрос с пристрастием, проверяют переписку в соцсетях, телефон, роются в личных вещах, а порой в довершение всего запрещают пользоваться интернетом.

 Такое поведение не принесет ни родителям, ни и их детям ничего хорошего. Единственной реакцией подростка на подобные агрессивные действия в его адрес станет ответная агрессия. В итоге ребенок просто закроется и перестанет доверять близким. И, что самое главное, он все равно найдет способ, так или иначе заходить в эти группы, только уже будет делать это тайно.

*Важно!*  Жертвами разного рода пагубных сообществ чаще всего становятся именно те дети, которых дома, так сказать, морально насилуют, отнимая право на собственное пространство, личное мнение и не давая возможности возразить или отказать взрослому. Как следствие, подросток не чувствует, когда на него оказывают психологическое давление чужие люди, поскольку слишком привык к нему.

*2. Аккуратный позитивный диалог*. Любой разговор с детьми, особенно на столь болезненную тему, нужно выстраивать деликатно и внимательно. Нет смысла спрашивать подростка «в лоб» - так от него никаких ответов не добиться. Лучше действовать исподволь, постепенно завоевывая его доверие – интересоваться его делами, просить рассказать о том, как у него прошел день, как дела в школе, хорошо ли он спал. Кстати, для откровенного разговора отлично подойдет совместный прием пищи: в такой обстановке легче сблизиться и наладить контакт.

*Важно!* Проявлять интерес нужно искренне и внимательно слушать ребенка, что бы он ни сказал. Скорее всего, взрослому многое в его словах не понравится. Однако нужно держать себя в руках; ни в коем случае нельзя *критиковать идеи подростка или заявлять, что они глупые*. Пусть озвучит свою точку зрения, даже если он будет говорить, например, что смерть - это красиво, а суицид – способ перейти в другую реальность. А уже после можно постараться спокойно привести свои доводы в пользу того, что у жизни больше красок и возможностей, чем у смерти.

*3. Поиск альтернативных интересов.* Ребенок, который постоянно сидит в социальных сетях и мало интересуется чем-то в реальной жизни, на самом деле впадает в некий *виртуальный транс*, который создает у него ощущение «параллельной реальности», зазеркалья. В этом измененном состоянии сознания у подростка ослабляется критичность восприятия, и он легче поддается внушению и манипуляциям. Родителям нужно не просто запретить те или иные действия в интернете, а предложить своему чаду *альтернативные занятия*, которые смогут вытянуть его *в офлайновое* (реальное) пространство. Тут подойдут любые увлечения.

*Важно!* Особенно действенными будут хобби, которые помогут подростку не только занять время и мозги, но и построить отношения со сверстниками в реальной жизни. Ведь почему дети так охотно подписываются на те или иные группы во «ВКонтакте» и других социальных сетях? Потому что в этом возрасте главное их стремление – быть признанными и понятыми. Просто раньше подростки примыкали к разным субкультурам, которые хоть и были иногда пугающими для родителей, но все же были офлайновыми и потому более-менее понятными и контролируемыми. Сегодня же, не имея возможности удовлетворить эту потребность «наяву», они уходят за желаемым в глубины интернета, где ориентируются куда лучше большинства взрослых.

 ***(Слайд №15)*** *4. Включение здоровой критичности.* Вспомним одно из правил «групп смерти»: как только один из подписчиков интересовался у организаторов, кто они и какие цели преследуют, его тут же изгоняли из сообщества. Так вот, чтобы подросток был более устойчивым к манипуляциям «онлайн - мошенников», нужно научить его *критически мыслить и задавать неудобные вопросы.* И воспитывается этот навык в первую очередь в семье. У каждого ребенка должна быть возможность спросить у мамы или папы: «Почему? Для чего мне это делать?». Это дает подростку ощущение значимости собственной персоны, чувство, что он способен и сам сделать какой-то выбор в жизни, а не постоянно следовать указаниям родителей. В таком случае тинейджер не так охотно будет поддаваться чужому авторитету и, в частности, «подсаживаться» на загадочные игры, которые инициировали некоторые суицидальные группы.

*Важно!*Подросток должен чувствовать любовь и принятие со стороны родителей в любой ситуации. Если ребенок знает, что, как бы он ни поступил, что бы ни сказал, его всегда поймут и примут дома, он будет гораздо увереннее ощущать себя в жизни. Родителям стоит внушить своим детям, что они не должны зарабатывать любовь повиновением и покорностью.

*5. Регулировать режим сна*. Сон является одной из сфер жизни детей, которую действительно стоит жестко контролировать. Многие подростки сидели в социальных сетях именно ночью; особое значение в ряде случаев имело время 4.20 утра. Данный период времени выбран в связи с тем, что ребенок, находясь в полусонном состоянии становится уязвимым в том, что в таком полусонном состоянии гораздо легче воспринимает любую информацию, в том числе и про суицид. Так что, если у родителей есть желание прибегнуть к жестким мерам, можно, к примеру, выключать или ограничивать интернет именно в ночное время.

*Важно!* Если ребенок не высыпается, у него усиливаются тревожность, внушаемость, понижается иммунитет как физический, так и психологический. Также ребенок, который и так в своем возрасте видим мир черно-белым, начинает воспринимать его с еще большим скепсисом и неприязнью.

***!*** *Есть несколько признаков, которые могут свидетельствовать о том, что у подростка имеются суицидальные мысли и намерения:*

- появление порезов и шрамов;

- резкое изменение настроения и поведения; к примеру, всегда общительный ребенок вдруг стал замкнутым;

- желание подростка раздать или подарить свои вещи;

- разговоры о бессмысленности жизни;

Помощь: Бесплатный телефон доверия для детей и подростков –

 8-800-2000-122

***(Слайд №16)*****Что могут сделать родители, чтобы не допустить суицидального поведения подростка (мыслей, намерений, действий)**

***Постоянно сохраняйте контакт со своим ребенком.*** Важно постоянно общаться с подростком, несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей.

 *Для этого:*

 - расспрашивайте и говорите с ребенком о его жизни, уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым.

 - придя домой после работы, не начинайте общение с претензий, даже если ребенок что-то сделал не так. Проявите к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному!

 - помните, что авторитарный стиль воспитания для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (то есть, агрессию, направленную на себя). *В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей. Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета.* Если же ребенок продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и вас, и его.

* ***Говорите о перспективах в жизни и будущем.*** У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, или текущий момент. Узнайте, что ваш ребенок хочет, как он намерен добиваться поставленной цели, помогите ему составить конкретный (и реалистичный) план действий.
* ***Говорите с ребенком на серьезные темы:*** *что такое жизнь? в чем смысл жизни? Что такое дружба, любовь, смерть, предательство?*Эти темы очень волнуют подростков, они ищут собственное понимание того, что в жизни ценно и важно. *Говорите о том, что ценно в жизни для вас. Не бойтесь делиться собственным опытом, собственными размышлениями*. Задушевная беседа на равных всегда лучше, чем «чтение лекций», родительские монологи о том, что правильно, а что неправильно. Если избегать разговоров на сложные темы с подростком, он все равно продолжит искать ответы на стороне (например, в интернете), где информация может оказаться не только недостоверной, но и небезопасной.
* ***Сделайте все, чтобы ребенок понял: сама по себе жизнь – эта та ценность, ради которой стоит жить.*** Если ценность социального успеха, хороших оценок, карьеры доминирует, то ценность жизни самой по себе, независимо от этих вещей, становится не столь очевидной. Важно научить ребенка получать удовольствие от простых и доступных вещей в жизни: природы, общения с людьми, познания мира, движения. Лучший способ привить любовь к жизни – ваш собственный пример. Ваше позитивное мироощущение обязательно передастся ребенку и поможет ему справляться с неизбежно возникающими трудностями.
* ***Дайте понять ребенку, что опыт поражения так же важен, как и опыт в достижении успеха.*** Рассказывайте чаще о том, как вам приходилось преодолевать те или иные трудности. *Конструктивно пережитый опыт неудачи делает человека более уверенным в собственных силах и устойчивым*. И наоборот: привычка к успехам порою приводит к тому, что человек начинает очень болезненно переживать неизбежные неудачи.
* ***Проявите любовь и заботу, разберитесь, что стоит за внешней грубостью ребенка.*** Подросток делает вид, что вы совсем не нужны ему, он может обесценивать проявления заботы и нежности к нему. Тем не менее, ему очень важны ваша любовь, внимание, забота, поддержка. Надо лишь выбрать приемлемые для этого возраста формы их проявления.
* ***Найдите баланс между свободой и несвободой ребенка.*** Современные родители стараются раньше и быстрее отпускать своих детей «на волю», передавая им ответственность за их жизнь и здоровье. Этот процесс не должен быть одномоментным и резким. Предоставляя свободу, важно понимать, что подросток еще не умеет с ней обходиться и что свобода может им пониматься как вседозволенность. Родителю важно распознавать ситуации, в которых ребенку уже можно предоставить самостоятельность, а в которых он еще нуждается в помощи и руководстве.

**Также родителям можно рекомендовать:**

* ни в коем случае не оставлять нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья ребенка;
* анализировать вместе с сыном или дочерью каждую трудную ситуацию;
* учить ребенка с раннего детства принимать ответственность за свои поступки и решения, предвидеть последствия поступков. Сформируйте у него потребность задаваться вопросом: "Что будет, если...";
* воспитывать в ребенке привычку рассказывать родителям не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах;
* не опаздывать с ответами на его вопросы по различным проблемам физиологии;
* не иронизировать над ребенком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально, помочь ему и поддержать его, указать возможные пути решения возникшей проблемы;
* обсудить с ним работу служб, которые могут оказать помощь в ситуации, сопряженной с риском для жизни; записать соответствующие номера телефонов;

 ***(Слайд 17)* Факторы, снижающие уровень суицидального риска**

* выраженная эмоциональная привязанность;
* родственные обязанности;
* чувство долга, понятие о чести;
* наличие планов, определяющих цель в жизни;
* представление о неиспользованных возможностях;
* наличие эстетических критериев мышления.
1. **Демонстрация видеоролика: «Что такое жизнь?», как трактуют это понятие родители, учителя, дети.**

***Слайдовая презентация «Родительский урок» (продолжение)***

***(Слайд 18)*** *Самостоятельно в памятках Вы можете ознакомиться со следующей важной информацией*

* «Алгоритм действий для родителей и педагогов по блокировке сайтов, пропагандирующих смерть, асоциальное поведение и другую запрещенную информацию в сети Интернет»
* «Правила общения в социальных сетях»

Памятка для детей и подростков

* «Подростки и социальная сеть»

Памятка для родителей и педагогов

* «Когда стоит бить тревогу: 8 признаков компьютерной

 зависимости у ребенка» Памятка для родителей

* «Как вести себя в социальных сетях: инструкция для родителей подростков» Памятка для родителей.
* «Психологические особенности подросткового возраста»

Памятка для родителей

* «Психологические особенности юношеского возраста»

Памятка для родителей.

1. **Обеспечение наглядным информационно – методическим материалом**

***(Слайд 19)*** *Желаем Вам быть успешными родителями!!!*