

«Уроки семейного благополучия» в учреждениях образования.

Для родителей обучающихся/воспитанников учреждений общего среднего образования.

Тема: «Создание безопасного пространства для детей в семье».

Дата: _____

Продолжительность: _____

Форма проведения: очная

Место проведения: _____

Количество участников: _____

- 1. Приветствие участников.** Ознакомление с темой, целями и задачи мероприятия. Краткий обзор мероприятия. *10 мин.*
- 2. Урок 1. «Что такое безопасное пространство для детей в семье?»**
Мини-лекция 25 мин.
- 3. Урок 2. «Тепло родительского сердца: пространство поддержки»**
Мастер-класс 40 мин.
- 4. Урок 3. «Создание безопасного пространства для детей в семье»**
(распознавание буллинга, суицидального поведения у детей и подростков) *Практикум 40 мин.*
- 5. Подведение итогов мероприятия.** Обсуждение полученных знаний и впечатлений. Раздача материалов и ресурсов по теме *10 мин.*
- 6. Итоговая Анкета для участников.** *Опрос 20 мин.*

1. Приветствие участников. Ознакомление с темой, целями и задачи мероприятия. Краткий обзор мероприятия.

Уважаемые участники, гости мероприятия, добрый вечер!

Сегодня мы собрались здесь, чтобы обсудить актуальную тему – **создание безопасного пространства для детей в семье.**

Цель: повысить осознание родителей о важности создания безопасного эмоционального и физического пространства для детей в семье, а также сформировать практические навыки, способствующие укреплению доверительных и поддерживающих отношений с детьми.

Задачи мероприятия.

1. Ознакомить участников с понятиями эмоциональной и физической безопасности в семейной среде.
2. Рассмотреть основные факторы, влияющие на создание атмосферы доверия и поддержки в семье.
3. Развить у родителей навыки активного слушания, эмпатии и конструктивного общения с детьми.
4. Предложить практические упражнения и рекомендации для укрепления эмоциональной безопасности детей.
5. Обсудить способы предотвращения конфликтов и эффективного разрешения возникающих трудностей в семейных отношениях.
6. Создать пространство для обмена опытом и взаимной поддержки среди участников.

Справочно. Проверка домашнего задания.

Упражнение– приветствие «Добро пожаловать в территорию доверия».

Цель: поддержка доверительного контакта, раскрыть важность эмоциональной безопасности и подготовить участников к дальнейшему диалогу.

Попросите всех участников по очереди называть своё имя и делиться коротким положительным воспоминанием из детства, связанным с ощущением безопасности или поддержки в семье. Это помогает настроиться на тему и почувствовать общность.

Урок 1. «Что такое безопасное пространство для детей в семье?»

Безопасное пространство для детей - это среда, где они могут чувствовать себя защищенными, свободными и комфортными. Это может

относиться как к физической, так и к эмоциональной безопасности. - несколько ключевых составляющих безопасного пространства для детей:

1. **Физическая безопасность:** пространство должно быть свободным от опасных предметов и ситуаций, которые могут нанести вред ребенку. Это включает в себя защиту от травм, падений и других физических угроз.

2. **Эмоциональная безопасность (психологическая):** дети должны чувствовать себя принятыми и поддерживаемыми. Это означает отсутствие запугивания, насмешек или любой формы эмоционального насилия. Важно, чтобы дети могли выражать свои чувства и мысли без страха осуждения.

3. **Поддержка и доверие:** в безопасном пространстве дети должны знать, что могут обратиться за помощью к взрослым или сверстникам. Это включает в себя наличие надежных взрослых, готовых выслушать и поддержать.

4. **Разнообразие и инклюзия:** безопасное пространство должно быть открытым и принимающим для всех детей, независимо от их происхождения, расы, пола или способностей. *Инклюзия - это процесс реального включения людей с инвалидностью и особыми-потребностями в активную общественную, образовательную и трудовую жизнь.*

5. **Образование и развитие:** в таком пространстве дети могут учиться и развиваться, исследуя мир вокруг них без страха ошибок или неудач.

Создание безопасного пространства для детей - это важная задача для родителей, педагогов и общества в целом, так как это способствует здоровому развитию и благополучию детей.

Что меняется в законодательстве по вопросам обеспечения прав детей.

Закон Республики Беларусь 12 июля 2025 г. № 86-З.

Об изменении законов по вопросам обеспечения прав детей. Закон Республики Беларусь от 19 ноября 1993 г. № 2570-XII «О правах ребенка» следующие изменения:

Отдельные положения закона вступили в силу 17 января 2026 года.

Так, законом предусматривается возложение на родителей обязанности обеспечивать защиту детей от информации, распространенной в интернете и причиняющей вред их здоровью и развитию. А государственные органы, иные организации обязаны оказывать информационно-консультативную помощь родителям, опекунам или попечителям в реализации мер по защите детей от такой информации.

Вводится запрет на распространение игрушек, являющихся воспроизведением компьютерных игр и фильмов, без присвоения знака возрастной категории.

Закрепляются гарантии для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, а также лиц из числа этих категорий в вопросах обеспечения медицинскими изделиями, медицинской техникой и очками.

В вопросах подбора кадров, осуществляющих профессиональную деятельность с детьми, устанавливаются единообразные и обязательные к исполнению меры, а также их правовые последствия.

Лица, совершившие преступления экстремистской направленности, преступления, связанные с незаконным оборотом наркотических, психотропных средств либо их прекурсоров и аналогов, лишаются права заниматься педагогической деятельностью.

На нанимателей, юридических лиц и индивидуальных предпринимателей возложена обязанность до заключения трудового или гражданско-правового договора с гражданами, которые планируют работать с детьми, разъяснить таким лицам нормы законодательства, касающиеся защиты прав детей на неприкосновенность личности, защиту от эксплуатации, насилия, жестокого обращения, а также последствия несоблюдения таких норм.

Те работники, которые планируют работать с детьми, при заключении трудового или гражданско-правового договора, должны подписать обязательство о недопущении нарушения ими прав ребенка на неприкосновенность личности, защиту от эксплуатации, насилия, жестокого обращения и соблюдении ими установленных ограничений на работу с детьми. Неподписание этого обязательства повлечет за собой отказ в заключении соответствующего договора.

Нанимателям, юридическим лицам и индивидуальным предпринимателям представлено право организовать и проводить психологическое собеседование с лицами, планирующими постоянно работать или уже работающими с детьми. Порядок, сроки и случаи проведения психологического собеседования устанавливаются правительством.

Платформа Roblox, где пользователи создают игры и миры, особенно популярна среди детей. Однако её социальная природа несёт риски: в чатах могут действовать злоумышленники, собирающие данные или вовлекающие в опасное общение.

Roblox усилил защиту, внедрив возрастную фильтрацию, верификацию для чата и расширенные настройки для родителей. Теперь можно управлять общением, лимитировать покупки и контролировать активность ребёнка.

Ключевые шаги для родителей:

1. Обсудить с ребёнком цифровую гигиену.
2. Настроить и заблокировать PIN-кодом «Конфиденциальность» и «Родительский контроль».
3. Включить «Ограничение аккаунта» для младших детей.
4. Регулярно проверять активность и список контактов.

Урок 2. «Тепло родительского сердца: пространство поддержки». Мастер-класс.

«Мой дом — моя крепость». 10 сл.

Каждому родителю предлагается представить и коротко описать, что для него значит «безопасное пространство» в семье. Какие чувства и действия делают дом по-настоящему уютным и защищённым для ребёнка? После этого можно обсудить общие идеи и ценности.

Физическая безопасность.

- Опасности в доме (электричество, острые предметы, лекарства, бытовая химия и др.).
- Важность организации пространства с учетом возраста ребенка.

Эмоциональная (психологическая) безопасность.

- Роль доверия и открытого общения в семье;
- Создание атмосферы поддержки и уважения;
- Профилактика конфликтов и насилия в семье.

***Психологическое насилие** - форма воздействия на эмоции и психику человека с целью контролировать/модерировать его поведение и жизнь.*

Примеры чаще применяют к детям, но мы может наблюдать многое в отношении партнеров или пожилых родителей.

Критика – грубая оценка недостатков, замечания по поводу внешнего вида, умственных способностей, вкусовых предпочтений.

“Ужасная прическа”, “Что за жуткая музыка!”, “Хватит тупить!”...

Унижение – оскорбления, грубое обращение.

«Ешь, что дают!», «Тебе слова не давали», «Вырастешь, будешь деньги зарабатывать, тогда и будешь права качать»

Обвинение – убеждение в виновности, например, в неудачах, в ссорах, перекладывание ответственности за все происходящее, тотальное недоверие.

«Нет, это ты довел меня до такого!», «Не верю, что так было! Мне учитель рассказывал другое!»

Деспотизм – приказной тон в общении, приказы и указания вместо просьбы.

«Пошёл отсюда!», «Быстро успокоилась!»

Запугивание – угрозы физического и психологического насилия, разного рода запреты.

«Уйду, если не перестанешь плакать, и больше ты меня не увидишь!», «Всего тебя лишу, если учиться нормально не начнёшь!»

Запрет на общение с родственниками и друзьями.

«Все, с отцом больше не увидишься»

Запрет на посещение мест вне дома.

«Ты теперь под домашним арестом!»

Эмоциональная холодность и отстранение - вербальное и невербальное.

«Теперь ты для меня не существуешь!»

Контроль за поведением и общением вне дома, проверка личных сообщений, списков звонков, проверка электронной почты, установка следающего программного обеспечения.

Упражнения для создания в семье атмосферы безопасности и доверия, где ребёнок чувствует себя защищённым, услышанным и любимым. Это способствует развитию его уверенности и эмоционального благополучия.

Упражнение 1. «Мой уголок безопасности».

Цель: создать физическое пространство, ассоциирующееся у ребёнка с безопасностью и спокойствием, что помогает ему справляться со стрессом и тревогой.

Инструкция:

1. Обсудите с ребёнком, что для него значит «безопасное место».
2. Вместе выберите уголок в доме, который можно обустроить.
3. Позвольте ребёнку самостоятельно выбрать предметы для этого места.
4. Объясните, что сюда можно приходить, когда хочется отдохнуть или подумать.

Упражнение 2. «Я тебя слышу»

Это упражнение помогает ребёнку почувствовать, что его мнение и чувства важны и принимаются.

Цель: развить навыки активного слушания у родителей и укрепить эмоциональную связь с ребёнком.

Инструкция:

1. Найдите спокойное время для разговора с ребёнком.
2. Попросите его рассказать о своих чувствах, мыслях или событиях дня.
3. Слушайте внимательно, не перебивая.
4. Повторите своими словами то, что услышали, чтобы ребёнок понял, что его поняли. Например: «Ты чувствуешь себя расстроенным, потому что...»
5. Поддержите ребёнка словами: «Я рядом и готов помочь».

Упражнение 3. «Правила безопасности в семье».

Совместно с ребёнком сформулируйте простые и понятные правила, которые помогут всем чувствовать себя в безопасности.

Цель: обеспечить ясность в семейных ожиданиях и создать чувство защищённости через договорённости.

Инструкция:

1. Обсудите, какие правила важны для безопасности и комфорта каждого.
2. Запишите эти правила на листе бумаги и повесьте на видное место.
3. Объясните, почему каждое правило важно, и что будет, если его нарушать.
4. Периодически возвращайтесь к этим правилам, чтобы поддерживать их значимость.

Справочно.

Упражнения, которые можно предложить родителям, а также для выполнения совместно с детьми.

Упражнения для родителей: «Аудит безопасности дома».

– Пройдитесь по дому и составьте список потенциальных опасностей (например, острые углы, розетки без защиты, лекарства в доступных местах). Обсудите, как можно устранить или минимизировать эти риски.

«План эвакуации».

– Разработайте вместе с семьей план действий на случай пожара или другой чрезвычайной ситуации. Определите безопасные выходы, место встречи на улице и правила поведения.

«Проверка оборудования безопасности».

– Проверьте наличие и исправность автономного пожарного извещателя (АПИ), аптечки, огнетушителя. Обновите или дополните необходимые средства.

Совместные упражнения с детьми:

Игра «Найди опасность».

– Пройдитесь по дому вместе с ребенком и попросите его указать на предметы или ситуации, которые могут быть опасны. Обсудите, почему это опасно и как избежать травм.

«Учимся звонить в экстренные службы».

– Практикуйте с ребенком, как правильно звонить в службу спасения, что говорить оператору, как описать ситуацию. Основные телефоны экстренных служб:

- 112 / 101 - МЧС (пожарная и спасатели)
- 102 - Полиция (полиция)
- 103 - Скорая медицинская помощь
- 104 - Аварийная служба газа

Ролевая игра «Что делать в случае...»

- Разыграйте разные сценарии: пожар, утечка газа, порез, ожог. Обсудите правильные действия и реакции, чтобы ребенок запомнил их в игровой форме.

«Семейный квест по безопасности».

- Создайте небольшой квест с заданиями по безопасности: найти аптечку, показать, где выключается газ, назвать номера телефонов экстренных служб. Это поможет закрепить знания в увлекательной форме.

«Обсуждение правил безопасности».

- Сядьте всей семьей и составьте список правил безопасности дома, которые каждый должен соблюдать. Запишите их и разместите на видном месте.

Упражнение 4.

Ролевая игра «Общение с ребенком о безопасности».

Цель: развить у родителей навыки эффективного и спокойного общения с ребенком по теме безопасности дома, умение объяснять правила доступным языком и поддерживать доверительный диалог.

Инструкция: разделите участников на пары (один – родитель, другой – ребенок). Если группа большая, можно использовать тройки или работать по очереди.

Предложите родителям взять на себя роль взрослого, а другому участнику – роль ребенка (можно менять роли).

Подготовьте карточки с ситуациями, которые нужно проиграть.

Ход упражнения:

Объясните цель упражнения и важность умения говорить с ребенком о безопасности без запугивания и с уважением к его чувствам.

Каждая пара получает карточку с ситуацией. Родитель должен объяснить ребенку правила безопасности, ответить на вопросы и поддержать его.

Вопросы после ролевой игры:

- Что получилось хорошо?
- Какие трудности возникли?
- Какие фразы или подходы были наиболее эффективными?

Урок 3. «Создание безопасного пространства для детей в семье». (Распознавание буллинга, суицидального поведения у детей и подростков).

Буллинг – это когда кто-то намеренно и регулярно обижает, унижает или запугивает другого человека. Это не просто ссора или шутка между друзьями, а именно повторяющееся агрессивное поведение, где один человек или группа людей имеют больше силы или влияния, чем жертва.

Как может проявляться буллинг?

- Словесно: обзывания, насмешки, угрозы.
- Физически: толчки, удары, порча вещей.
- Социально: игнорирование, распространение слухов, исключение из компании.

–В интернете (кибербуллинг): оскорбления в соцсетях, публикация унижительных фото или видео.

Буллинг может принимать различные формы:

- распространение слухов,
- угрозы,
- физическое или словесное нападение,
- исключение ребенка из группы, изоляция,
- другие жесты или действия, причиняющие вред ребенку прямо или косвенно.

Буллинг включает в себя:

- желание причинить вред кому-либо,
- самовредоносное действие,
- дисбаланс силы между обидчиком и жертвой,
- повторение такого поведения,
- несправедливое использование силы,
- очевидное наслаждение обидчика и чувство угнетенности жертвы.

Наиболее близкими русскими аналогами слова «буллинг» являются «травля» и «издевательство».

С чем не следует путать буллинг?

Дети, склонные к **агрессивному поведению**, часто эмоционально не уравновешенны и не контролируют свое поведение. Дети же, которые совершают буллинг, делают это с целью унижить (установить отношения доминирования) и при этом сохраняют здравомыслие и контроль над своими действиями.

Ни один подросток не избежал **конфликтов** с одноклассниками. Это не вредно, если конфликт разрешается взаимоприемлемым образом. Но насмешки и драки превращаются в буллинг, если происходят преднамеренным и повторяющимся образом. Есть три особенности, которые отличают буллинг от других форм негативного поведения и действий:

1. Направленность на конкретного человека.
2. Повторяемость.
3. Превосходство одной из сторон конфликта (моральное, численное, физическое) над другой стороной.

Если кого-то из детей в классе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают в игру, но насилия в его адрес нет, это не травля, а **непопулярность**. При непопулярности человеку может быть обидно, грустно и одиноко. При травле ему страшно, он не чувствует себя в безопасности. Никто не может обещать каждому ребенку в классе, что он будет всем нравиться. Но безопасность, физическую и психологическую, школа обязана обеспечить каждому ученику.

Каковы признаки регулярной травли?

Ребенок может ничего не говорить о своих проблемах. Но есть признаки, игнорировать которые нельзя:

1. Физические отметки (такие как порезы и ушибы) без логического объяснения, особенно если они часто встречаются.
2. Ребенок больше не хочет ходить в школу или проводить время на общественных мероприятиях, не проводит время с друзьями.
3. Частая потеря вещей или исчезновение предметов из дома, порванная одежда или испорченные книги, сломанные гаджеты или какие-либо другие личные вещи.
4. Ребенок говорит о чувстве одиночества, ведет себя скрытно и замкнуто.
5. Неожиданное изменение в поведении: чрезмерное беспокойство, привязанность к родителям, сопротивление повседневным делам.
6. Необычно агрессивное поведение, запугивание более слабых.
7. Жалобы на физические боли без каких-либо медицинских причин (например, головные боли, проблемы со сном, пищевые нарушения).
8. Внезапное снижение успеваемости и трудности в концентрации внимания.
9. Жалобы на вещи, которые раньше ребенка не беспокоили (на внешний вид, на место жительства и т.д.).
10. Саморазрушительное поведение, побеги из дома, самоповреждения или разговоры о суициде.

Чего не надо делать

1. Ждать, что само пройдет. Не замечать.
2. Искать причины и объяснения. Наличие объективных причин не делают травлю допустимой. Это как будто вместо лечения болезни оправдывать ее разгуливающим вирусом.
3. Путать травлю и непопулярность.
4. Считать травлю проблемой только жертвы. В очень щекотливом положении оказываются молчаливые свидетели. Многие в глубине души понимают, что происходит что-то нехорошее, но не имеют решимости сказать об этом, боясь сами оказаться в роли жертвы. В результате в их мировоззрении появляется убеждение, что они – нехорошие люди, а мир кругом небезопасен.
5. Считать травлю проблемой личностей, а не группы. Причина травли – не в особенностях жертвы, а в особенностях группы, в размытости границ допустимого и недопустимого, отсутствии правил игры либо отсутствии взрослых, устанавливающих эти правила.
6. Давить на жалость к жертве. Лишнее негативное внимание к жертве только усугубит ее положение.
7. Мириться и терпеть.

Упражнения и техники по распознаванию буллинга у детей.

Упражнение 1. «Открытый разговор».

Цель: создать доверительную атмосферу, чтобы ребёнок мог открыто рассказать о своих переживаниях.

Инструкция:

- Выделите спокойное время для беседы, без отвлекающих факторов.
- Используйте открытые вопросы, например: «Как прошёл твой день в школе?», «Есть ли кто-то, кто тебя обижает или заставляет чувствовать себя плохо?»
- Внимательно слушайте, не перебивая и не осуждая.
- Поддержите ребёнка, если он рассказывает о трудностях.

Техника 2. «Наблюдение за изменениями в поведении».

Цель: распознать признаки буллинга через изменения в поведении и эмоциональном состоянии ребёнка.

На что обращать внимание:

- Резкое ухудшение настроения, замкнутость, тревожность.
- Нежелание идти в школу или на определённые занятия.
- Частые жалобы на головные боли, боли в животе без видимых причин.
- Потеря интереса к любимым занятиям.
- Повреждение одежды, пропажа личных вещей.
- Изменения в аппетите и сне.

Упражнение 3. «Ролевая игра». Приложение.

Цель: помочь ребёнку выразить свои чувства и понять, как действовать в ситуации буллинга.

Инструкция:

- Вместе с ребёнком проигрывайте разные ситуации, связанные с конфликтами или обидами в школе.
- Предложите ребёнку представить себя в роли обиженного, обидчика и свидетеля.
- Обсудите вместе, как лучше реагировать и к кому обращаться за помощью.

Памятка. (Приложение «Признаки буллинга и насилия над ребёнком в школьной среде по возрастам»).

Памятка. Как говорить с ребенком о вреде алкоголя и наркотиков.

Упражнение: «Мифы и реальность» Приложение 1 (1.1)

Направлено на активизацию дискуссии о суицидальном поведении, обсуждение мифов и фактов, затрагивающих работу с несовершеннолетними с суицидальным риском.

(Важно знать факты суицидальном риске для того, чтобы в дальнейшем выбрать правильное действие по предотвращению опасной ситуации).

Упражнение: «Линия риска» Приложение 3.

Упражнение направлено на развитие умения участников оценивать суицидальный риск.

На полу чертится линия. Для обозначения линии можно использовать бумажный скотч, на одном конце линии размещаются карточки с надписью «Высокий риск», на другом- «Низкий риск». Карточка «Средний риск» размещается ближе к середине линии.

Участникам раздаются карточки с написанными на них ситуациями. Все по очереди зачитывают ситуации, и коротко обосновывая, размещают ее на том участке «линии риска», который по их мнению, наиболее точно отражает степень риска.

Упражнение: «Портрет подростка с суицидальным риском. Приложение 2.

Составить портрет подростка с суицидальным риском, опираясь на следующие сферы:

- 1 подгруппа-поведение подростка;
- 2 подгруппа-эмоции подростка;
- 3 подгруппа-внешний вид;
- 4 подгруппа-общение, коммуникация подростка;
- 5 подгруппа- «Портрет современного подростка».

Подведение итогов мероприятия. Обсуждение полученных знаний и впечатлений.

Уважаемые родители, сегодня мы вместе прошли важный этап – научились создавать безопасное пространства для своих близких и себя.

Создание безопасного пространства для ребёнка - это не только про физическое окружение, но и про эмоциональную поддержку, умение слушать и уважать чувства.

Желаем вам успехов на пути к более гармоничным и тёплым отношениям с вашими родными! Если возникнут вопросы или понадобится поддержка, всегда можно обратиться за помощью.

Итоговая Анкета для участников

Спасибо за активное участие! Готовы ответить на ваши вопросы.

Автор и составитель
педагог-психолог
Национального центра усыновления

В.П.Гришукевич

