

Внеклассное мероприятие «Международный день детского Телефона Доверия «Информирование о телефоне доверия – шаг к безопасности ребёнка»

Актуальность:

Проблемы подросткового возраста существовали во все времена, поэтому они были и остаются актуальными. Очень жаль, что этому не уделяется желаемого внимания со стороны общественности. Зачастую мы реагируем уже на следствие существующей проблемы, а то с чем жил долгий период ребенок остается для нас загадкой. Сегодня часто можно столкнуться с равнодушием со стороны окружающих нас людей. А кто как не мы – взрослые сможем помочь нашему подрастающему поколению! Данная проблема останется актуальной до тех пор, пока в ее разрешении не будет поставлена точка.

Цель:

- роль телефона доверия в эффективном разрешении личностных проблем, формирование доверительного отношения к специалистам, оказывающим психологическую помощь.

Задачи:

- информировать учеников об истории возникновения Телефона доверия как вида психологической помощи;
- провести дискуссию на тему «Чем может помочь друг?»
- провести групповую работу на тему, с какими проблемами, трудностями сталкиваются дети, подростки, к кому обращаются за помощью;
- обсудить, какими навыками должен обладать человек, к которому дети могут обратиться за помощью;
- разработать с учениками список трудностей или вопросов, с которыми можно обратиться на Телефон доверия.

Ход урока

1. Организационный момент.

- Добрый день. Сегодня у нас особенный урок, он посвящён Телефону доверия (запись темы на доске). Что вы знаете о Телефоне доверия? (Ответы ребят)
- А почему о Телефоне доверия мы говорим именно сегодня? (версии ребят)
- Дело в том, что 17 мая отмечается Международный день детских телефонов доверия. В этот день во всех школах России проводится специальный урок, посвящённый Детскому телефону доверия. В этом году он проходит под девизом «Дети говорят Телефону доверия «Да!» (девиз записывается на доске)

2. Информационный блок.

История возникновения первого телефона доверия.

- Знаете ли вы, когда появился первый Телефон доверия? (ответы ребят)
- Первый телефон доверия появился в 1953 году как помощь людям в кризисном состоянии, в том числе как профилактика суицидов. Англичанин Чад Вара напечатал в газете свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не в состоянии справиться: когда они одиноки, растеряны или думают о том, чтобы покончить с жизнью. Он и не предполагал, что на него обрушится лавина звонков. Несколько дней Чад Вара справлялся с хлынувшими обращениями сам. Главное, что он понял за это время, - все звонившие, прежде всего, нуждались в дружеской помощи. Вскоре он пришёл к выводу, что в одиночку ему с этим делом не справиться, и стал искать добровольных помощников. Теперь они все вместе отвечали на звонки. Так родилось всемирное движение людей, оказывающих помощь другим людям по телефону. Это популярный и широко известный вид профессиональной психологической помощи. Помощь оказывается бесплатно, анонимно (никому не сообщается, кто звонил и зачем).

3. Упражнение «Принятие решения».

Все участники делятся на 2 команды, одной дается задание продумать отрицательные стороны обращения в службу телефона доверия, второй – положительные стороны (5 минут).

Примерный перечень положительных и отрицательных сторон

за	против
<ul style="list-style-type: none"> - Анонимность - Бесплатное обращение - Выслушает опытный человек - Без оценочное общение - Выслушают столько, сколько будешь говорить - Круглосуточно - Психологическая помощь, поддержка - Подскажут, к кому можно обратиться в трудной ситуации 	<ul style="list-style-type: none"> - Сложно общаться, не видя собеседника - Отсутствие доверия к незнакомому человеку - Наличие неприятного опыта общения с психологом - Незнание номеров телефонов

По окончании отведенного времени каждая группа озвучивает придуманные варианты. Учитель говорит о том, что были названы положительные и отрицательные моменты в звонке по телефону, но при этом каждый из присутствующих сам определяет необходимость обращения в службу телефона доверия.

4. Групповое обсуждение «Чем может помочь друг?»

- Что вы делаете, когда у вас плохое настроение?

(Возможные ответы: слушаю музыку; играю на компьютере; читаю; иду на улицу; звоню другу)

- Что лучше: переживать одному или поделиться трудностями с кем-то?

- Чего бы вы ожидали от друга, когда у вас плохое настроение?

- Что ты как друг можешь сделать в следующей ситуации:
 - если твоего друга постоянно обижает и высмеивает в школе один его одноклассник?
 - если твой друг считает, что у него «трудные родители»?
 - если твой друг поссорился со своей девушкой (твоя подруга поссорилась со своим парнем)?
 - если твоего друга преследуют и вымогают у него деньги неизвестные парни?

Возможные ответы (записываются на доске):

- что-то посоветовать;
- рассказать о похожем случае;
- выслушать;
- в отличие от некоторых взрослых не говорить, что сам виноват;
- ободрить;
- отвлечь, рассказать что-то весёлое.

- Что из этого списка вам кажется самым важным?

Запишите версии ребят об ожидаемой помощи от друга на доске (для использования на следующем этапе урока).

Следите, чтобы внимание ребят не фокусировалось долго на советах, поощряйте поиск других способов поддержки.

5. Информационный блок.

«Какими умениями должен обладать хороший друг, помощник?»

Вот что считают люди, многие годы занимающиеся поддержкой других людей. Чад Вара, организовавший первый телефон доверия, заметил, что хороший консультант на телефоне доверия выходит из дружелюбного человека, который обладает такими качествами (можно также записать на доске для сравнения с формулировками ребят):

- не осуждает друга;
- больше выслушивает, чем советует;
- допускает, что при определённых обстоятельствах подобная ситуация могла приключиться и с ним;
- терпелив;
- заинтересован в другом человеке;
- разговаривает без всякой снисходительности, на равных.

Сравните с учениками данный список и список ожидаемой помощи от друга, который получился в классе в ходе предыдущего обсуждения.

Согласитесь, это не простой набор качеств. Не все друзья умеют так поддерживать и выслушивать – они ведь тоже этому пока ещё учатся, как и вы. В этом нет вины друзей. Просто в некоторых случаях им трудно придумать, как помочь.

Поэтому вскоре вслед за взрослыми Телефонами доверия стали организовывать Телефоны доверия для детей.

6. Информационный блок «Как устроен Телефон доверия?» (использование презентации).

На Телефонах доверия работают специально обученные специалисты – психологи. На некоторых Телефонах доверия могут работать даже прошедшие специальное обучение подростки – туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наболевшем со сверстником, чем со взрослым.

Телефон доверия даёт возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги.

Телефон доверия открыт для каждого человека. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.

Человек может поделиться с консультантом Телефона доверия любой беспокоящей его проблемой.

Помощь на Телефоне доверия всегда анонимна. Если не хотят, позвонивший и консультант могут не сообщать свою фамилию, адрес и другие данные. Достаточно просто назвать своё вымышленное имя для удобства общения.

Обращаясь на Телефон доверия, человек может получить интересующую его информацию.

Каждый Телефон доверия работает в своём определённом режиме – круглосуточно или по расписанию.

7. Обсуждение: «С какими вопросами можно обратиться на телефон доверия?»

Мозговой штурм «Трудные ситуации в жизни подростков, или с какими вопросами можно обратиться на Телефон доверия?»

Задание: разработать список вопросов и возможных трудностей в жизни подростков, которые можно было бы обсудить с консультантом Телефона доверия.

Правило мозгового штурма: чужие версии не критиковать, записывать всё, что прозвучало, даже если варианты кажутся нелепыми.

Учащиеся предлагают свои версии, учитель фиксирует их на доске (можно предварительно разбить учащихся на группы по 5-6 человек). Если сначала процесс идёт трудно, учитель может помочь, предложив свои версии. Например:

- Как вызвать симпатию человека, который тебе нравится?

- Что делать, если родители не разрешают дружить с кем-то? ... и т.д.

Обсуждение итогов мозгового штурма.

- А можно ли звонить на Телефон доверия просто так, без причины или ради шутки? Почему? (подвести детей к тому, что не надо баловаться, звоня на Телефон доверия, так как в это время не сможет дозвониться человек, которому действительно нужна помощь, потому что оператор будет занят).

Хорошо, когда в семье есть взаимопонимание и можно поделиться своими переживаниями с родителями, братом или сестрой. Некоторыми переживаниями можно поделиться со своим другом или подругой. Но бывают такие ситуации, когда не хочется делиться переживаниями с друзьями или близкими. В жизни много вопросов и трудностей. Каждый момент важно быть услышанными.

У Вас есть возможность позвонить по телефону и рассказать о своих переживаниях, чувствах, проблемах.

Если Вам плохо, если Вам нужна поддержка - звоните
по Телефону доверия

8-800-2000-122 круглосуточно, бесплатно, анонимно

Ожидаемые результаты:

Умение высказывать свое мнение, умение планировать работу в группах. Создание доверительной атмосферы в классе. Понять что такое телефон доверия и для чего он нужен. Определение их результативности будет проходить через анкету .

Хотелось бы закончить свой урок такими красивыми словами

Все тускло, уныло, постыло вокруг.

Грустны мои профиль, и фас.

Номер знакомый я набираю. И вдруг...

Такое родное: «Я слушаю Вас...»

Среди житейских метелей и вьюг

Нервов моих истощился запас.

Я телефон набираю. И вдруг...

Такое знакомое: «Я слушаю Вас...»

Подведение итогов:

Учитель просит каждого участника рассказать, какие чувства они сегодня испытывали, что понравилось и что не понравилось, что нового узнали.

Предлагается анонимная анкета.

АНКЕТА

Выбери свой вариант ответа. Анкет у подписывать не нужно

1. Согласен ли ты с тем, что у всех людей иногда случаются сложности или неприятности?
да / нет
2. Считаешь ли ты, что не все свои проблемы и вопросы хочется обсуждать с друзьями и близкими?
да / нет
3. Знаешь ли ты, что в случае любых проблем можно позвонить на Телефон доверия?
да / нет
4. Если бы у тебя был выбор, то с кем бы ты хотел обсудить свой вопрос по Телефону доверия:
 - со взрослым специалистом - психологом
 - со студентом психологического факультета
 - со старшеклассником - добровольцем, работающим на Телефоне доверия.
5. В какой ситуации ты, скорее всего, воспользовался бы возможностью позвонить на Телефон доверия:
 - Если бы тебя преследовали и угрожали подростки намного старше тебя
 - Если бы тебе не отвечал взаимностью человек, в которого ты влюблен (влюблена).
 - Если бы ты так серьезно обиделся на родителей, что даже не знал бы, что делать
6. Что ты будешь делать, если твой друг попал в серьезную беду, и ему срочно нужна помощь, но он взял с тебя обещание, чтобы ты не рассказывал о его сложностях родителям, учителям или одноклассникам:
 - Нарушишь обещание и расскажешь родителям, учителями ли друзьям
 - Позвонишь на Телефон доверия
 - Ничего
 - Другой вариант (какой)
7. Считаешь ли ты, что Телефоны доверия нужны не только взрослым, но и школьникам?
да / нет

АНКЕТА

Выбери свой вариант ответа. Анкет у подписывать ненужно

1. Согласен ли ты с тем, что у всех людей иногда случаются сложности или неприятности?
да / нет
2. Считаешь ли ты, что не все свои проблемы и вопросы хочется обсуждать с друзьями и близкими?
да / нет
3. Знаешь ли ты, что в случае любых проблем можно позвонить на Телефон доверия?
да / нет
4. Если бы у тебя был выбор, то с кем бы ты хотел обсудить свой вопрос по Телефону доверия:
 - со взрослым специалистом - психологом
 - со студентом психологического факультета
 - со старшеклассником - добровольцем, работающим на Телефоне доверия.
5. В какой ситуации ты, скорее всего, воспользовался бы возможностью позвонить на Телефон доверия:
 - Если бы тебя преследовали и угрожали подростки намного старше тебя
 - Если бы тебе не отвечал взаимностью человек, в которого ты влюблен (влюблена).
 - Если бы ты так серьезно обиделся на родителей, что даже не знал бы, что делать
6. Что ты будешь делать, если твой друг попал в серьезную беду, и ему срочно нужна помощь, но он взял с тебя обещание, чтобы ты не рассказывал о его сложностях родителям, учителям или одноклассникам:
 - Нарушишь обещание и расскажешь родителям, учителями ли друзьям
 - Позвонишь на Телефон доверия
 - Ничего
 - Другой вариант(какой)
7. Считаешь ли ты, что Телефоны доверия нужны не только взрослым, но и школьникам?
да / нет



8-800-2000-1222



**Фонд
ПОДДЕРЖКИ
ДЕТЕЙ**
находящихся
в трудной
жизненной
ситуации



**ДЕТСКИЙ
ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ
И ПОДДЕРЖКА.
БЕСПЛАТНО И АНОНИМНО.

Памятка для детей и подростков

ЗВОНИ ЕСЛИ:

- ✓ в жизни возникли проблемы, переживания, боль, страх, одиночество и хочется найти понимание и поддержку;
- ✓ вы оказались в сложной жизненной ситуации и не знаете, к кому обратиться за помощью или советом;
- ✓ вам трудно сказать родителям прямо, а врать не хочется;
- ✓ у вас есть вопросы, касающиеся общения со сверстниками или взрослыми;
- ✓ вы одиноки, не с кем поделиться своими переживаниями;
- ✓ у вас трудности в школе;
- ✓ кто-то из семьи употребляет алкоголь или наркотики, стал зависимым от азартных игр;
- ✓ вам часто приходится слышать: «Зачем я родился», «Я никому не нужен» и т.д.;
- ✓ вы подвергаетесь насилию (жестокому обращению)

ЗВОНИТЕ!!! Мы готовы тебе помочь!

8-800-2000-122



Психологическая помощь

бесплатно - анонимно - круглосуточно

8-800-2000-122

Единый общероссийский номер детского телефона доверия создан в 2010 году Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Во всех субъектах Российской Федерации работают специалисты квалифицированную психологическую помощь. Звонок с любого мобильного и стационарного телефона бесплатный и анонимный. На сегодняшний день услугами психологов по детскому телефону доверия уже воспользовались более 9 млн человек.

Памятка для родителей

ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ, ЧТО:

- ✓ ребенок часто выглядит подавленным, плачет по ночам, отдалится от вас и друзей;
 - ✓ перестал следить за своим внешним видом, равнодушен ко всему, предпочитает проводить время в одиночестве;
 - ✓ резко снизился уровень активности ребенка, потерял интерес к учебе и даже любимым занятиям, что подтверждают не только оценки, но и наблюдения учителей. Он как будто показывает — «я устал от жизни и от вас»;
 - ✓ не выспяется, выглядит встревоженным и нервным, срывается на вас. Перестал радоваться успехам;
 - ✓ появились различные недомогания, психосоматические расстройства, на теле — царапины, шрамы, надрезы, ожоги и т.д.
- Знайте, что все эти сигналы говорят о том, что ребенку нужна помощь, с которой не стоит медлить.**

ЗВОНИТЕ!!! 8-800-2000-122

Мы поможем!!!