**Государственное областное автономное учреждение социального обслуживания населения**

**"Комплексный центр социального обслуживания населения ЗАТО г.Североморск"**

**Программа дистанционного консультирования родителей с психологом**

**«Я-счастливый родитель»**

**г.Североморск**

**2022г.**

**Полное название программы: «Я-счастливый родитель»**

**Автор программы: Сахнова Мария Вениаминовна,**

**заведующий отделением социальной**

**реабилитации детей-инвалидов**

**Исполнитель программы: Гринчук Елена Вадимовна, психолог**

**Организация: ГОАУСОН «Комплексный центр**

**социального обслуживания**

**населения»**

**Юридический адрес: 184601 Мурманская область,**

**г.Североморск, ул. Гвардейская, д. 5**

**Телефон: (81537) 5-72-65**

**Пояснительная записка**

Программы индивидуальных и групповых дистанционных консультаций с психологом, направленны на помощь родителям детей с инвалидностью в преодолении чувства вины, тревоги, стресса, обиды, эмоционального напряжения, повышение психологической компетенции родителей, воспитывающих детей с инвалидностью.

Психологическая помощь не может оказаться в стороне от тех изменений, которые происходят в обществе. Онлайн консультирование несомненно имеет ряд преимуществ:

* Временная независимость. Возможность получить консультацию в любое рабочее время и получить оперативную психологическую поддержку, особенно в момент кризиса и при необходимости экстренной помощи.
* экономия времени. Благодаря таким встречам, родители могут, не выходя из дома, получить качественную услугу, при этом не затрачивая дополнительных средств на няню и поездку к месту поведения консультации.
* Комфортность общения. Во время консультации человек чувствует себя наиболее комфортно, если его окружает подходящая для него среда, которую клиент создает для себя сам. Чаще всего это его дом, где он чувствует себя спокойно и защищенно, и как результат повышения качество предоставляемой услуги.
* Снижение психологического и социального риска в процессе общения. Клиенту легче решиться на виртуальный контакт.

**Цель программы**

* Оказание квалифицированной психологической помощи и поддержки в дистанционной форме родителям, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья;
* Формирование необходимых знаний, умений, навыков и выработки определённых компетенций у родителей.

**Задачи программы**

* Гармонизация межличностных отношений между супругами, в диаде «мать с больным ребенком» и членами семьи;
* Профилактика отказов от детей с инвалидностью
* Усовершенствовать работу психолога в проведение оперативной консультативной помощи для родителей, воспитывающих детей с инвалидностью;
* Повышение психологической компетенции родителей, воспитывающих детей с инвалидностью;
* Совершенствование коммуникативных форм поведения;
* Организация обмена опытом и знаниями в профессиональном сообществе.

**Целевая группа**

Родители, воспитывающие детей с инвалидностью, получающих социальные услуги на дому и в полустационарной форме социального обслуживания.

**Значимость ожидаемых результатов**

Количественные показатели:

* Численность родителей, воспитывающих детей с инвалидностью, получившие дистанционную консультативную помощь -27 человек
* Численность групповых психологических консультаций – 12
* Численность индивидуальных психологических консультаций - по запросу.

Качественные показатели:

* Увеличение численности родителей (законных представителей) детей с инвалидностью, получивших дистанционную консультативную помощь;
* Снижение эмоциональной напряженности, индекса тревожности в семьях, воспитывающих ребенка с инвалидностью;
* Формирование положительных установок у родителей, стимуляция социальной активности и гармонизация эмоционального фона;
* Повышение уровня психологической грамотности и педагогических навыков родителей, воспитывающих детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья;
* Минимизация (сокращение) времени между запросом и оказанием помощи.

Способы достижения:

* наличие необходимого оборудования для проведения занятий;
* внедрение и организационно-нормативное оформление дистанционной консультативной помощи семьям, воспитывающим детей с инвалидностью;
* оказание квалифицированной психологической помощи и поддержки дистанционно в индивидуальной и групповой форме семьям, воспитывающим детей с инвалидностью.

Инструментарий оценки:

* онлайн-тестирование

**ПЛАН ПРОГРАММЫ ГРУППОВЫХ КОНСУЛЬТАЦИЙ**

**на 2022 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№П/П** | **Содержание** | **Форма проведения** | **Онлайн/оффлайн** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| **1 этап. Знакомство с родителями, воспитывающих детей с инвалидностью** | | | |
| 1. | Сбор информации, экспертный опрос, выявление потребности | Беседа | Онлайн/оффлайн |
| 2 | Диагностика, анализ | Тестирование | Онлайн/оффлайн |
| **2 этап. Консультирование родителей** | | | |
| 1. | Знакомство родителей с особенностями развития детей | Консультация | Онлайн/оффлайн |
| 2. | «Мои родители меня любят» | Консультация | Онлайн/оффлайн |
| 3. | «Дисциплина и наказание» | Консультация | Онлайн/оффлайн |
| 4. | «Как услышать своего ребенка» | Консультация | Онлайн/оффлайн |
| 5. | «Знакомство с нейрографикой» | Арт-терапевтический сеанс, консультация | Онлайн/оффлайн |
| 6. | «Благодарность» | Арт-терапевтический сеанс, консультация | Онлайн/оффлайн |
| 7. | «Обида» | Арт-терапевтический сеанс, консультация | Онлайн/оффлайн |
| 8. | «ABH-SOS-для родителей» | Арт-терапевтический сеанс, консультация | Онлайн/оффлайн |
| 9. | «Женственность» | Арт-терапевтический сеанс, консультация | Онлайн/оффлайн |
| 10 | 4 способа наладить взаимоотношение с ребенком | Консультация | Онлайн/оффлайн |
| 11. | 9 способов быть неуслышанными детьми | Консультация | Онлайн/оффлайн |
| 12. | «Неиродрево моей семьи» | Арт-терапевтический сеанс, консультация | Онлайн/оффлайн |
| **3 Этап. Итоговая диагностика** | | | |
| 1. | Диагностика, анализ, оценка результатов | Тестирование | Онлайн |

**Список литературы**

1. Голод С.И. Стабильность семьи: социологический и демографический аспекты. – Л., Наука, 1984.

2. Гордин Л.Ю. Поощрения и наказания в воспитании детей. – М., 1971.

3. Азаров Ю.П. Искусство воспитания. 2-е изд., испр. - М., 1985

4. Беншаминова М.В. Воспитание детей. - М., 1985

5. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. - М., 1986

6. Лесгафт П.М. Семейное воспитание ребенка и его значение. - М., 1991

7. Мухина В.С. Таинство детства. В двух томах. - М., 1998

8. Корчак Януш. Как любить детей. - М., 2000

9. Спок Беджамин. Разговор с матерью. - М., 1991

10. Семейное воспитание. Краткий словарь. под ред. Гребенникова И.В., Ковинько Л.В. - М., 1990

11. Берн Э. Игры, в которые играют люди (психология человеческих взаимоотношений). - М., 1993

12. Бэндрер Р., Гриндер Д., Сатир В. Семейная терапия. - Воронеж, 1993

13. Плоткин М.М., Ширинский В.И. Семейное неблагополучие как фактор девиантного поведения детей Семья в России. - 1997. №2.

14. Семья. Книга для чтения в двух томах. (Сост. Андреева И.С., Гулыга А.В.). М., 1990.

15. Сысенко В.А. Психодиагностика супружеских взаимоотношений. - М., 1997

16. Штольц Хельмут. Каким должен быть твой ребенок. Анзор Линда. Дети и семейный конфликт. - М., 1988.

17. Фигдор Г. Дети разведенных родителей: между травмой и надеждой. - М., 1995

18. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Семейная психотерапия. Л., 1990