Сотрудникам методических служб

Руководителям общеобразовательных организаций,

педагогам, классным руководителям

**Информационное письмо.**

**Уважаемые коллеги!**

В рамках реализации Года семьи и мероприятийфедерального проекта «Современная школа» национального проекта «Образование» в части оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) по вопросам развития, воспитания, обучения и социализации детей приглашаем **вас и** **родителей (законных представителей) обучающихся вашей школы получить бесплатные психолого-педагогические консультации в разной форме –** принять участие в вебинарах для родителей, получить информационно-методические материалы по интересующим темам, принять участие в очных просветительских мероприятиях.

Консультативные мероприятия организует АНО «Центр развития онлайн-образования» (г.Москва) – победитель конкурсного отбора Министерства просвещения РФ за счет средств субсидии из федерального бюджета (бесплатно для получателей услуг). Мероприятия проводят опытные психологи-практики Центра психологии и тьюторства «Терра-П» г.Перми: <https://terra-p.ru> ⎢vk.com/terra\_p

Консультативные мероприятия проводятся поэтапно, в течение 2024 года.

Аннотации вебинаров, порядок и график их проведения в мае-июне 2024 года прилагаются (Приложение 1.).

Также за счет средств гранта возможно проведение вебинаров, очных семинаров и крупных мероприятий для родителей конкретных образовательных организаций по запросу руководителей ОО. Темы мероприятий могут быть определены с учетом потребностей конкретных образовательных организаций.

По вопросам организации и проведения консультативных мероприятий можно обращаться к следующим специалистам: директор Центра Обшаров Константин Иванович, +79617594878, kostya-obs@yandex.ru; координатор проекта по Пермскому краю Новикова Ольга Николаевна, +79027955180, nov-olganik@yandex.ru

Приложение 1.

**Порядок проведения вебинаров в мае-июне 2024 года**

Вебинары проводятся в период с 20 мая по 30 июня 2024 года.

К участию в вебинарах приглашаются родители (законные представители) детей дошкольного и школьного возраста.

Для участия в вебинарах родителям необходимо пройти электронную регистрацию по ссылке, выбрав заинтересовавшие их темы вебинаров:

<https://forms.yandex.ru/cloud/664786972530c24dbf74456b/> либо <https://clck.ru/3Agw5F>

Родители могут принять участие в вебинарах по любым заинтересовавшим их темам, без ограничений по количеству тем. Если родители захотят выбрать темы вебинаров дополнительно к уже выбранным темам, электронную регистрацию можно будет пройти нужное количество раз.

После электронной регистрации зарегистрированным родителям будут отправляться ссылки для входа на каждый конкретный вебинар. Подключиться к вебинарам можно будет, в том числе, с мобильного телефона. Также можно будет получить записи вебинаров.

Для получения информационно-методических материалов родителям необходимо пройти электронную регистрацию, выбрав заинтересовавшие их темы материалов, по ссылке:

<https://forms.yandex.ru/cloud/664780935d2a064d047c0425/> или <https://clck.ru/3AgwKq>

Ссылки действительны на весь период проведения мероприятий.

Электронная регистрация родителей необходима для осуществления контроля за освоением средств федеральной субсидии. Полная анонимность и сохранность персональных данных, собираемых при регистрации, обеспечивается организатором мероприятий в соответствии с законодательством РФ.

Школы, организовавшие проведение очных просветительских мероприятий, получат сертификаты об участии в федеральном проекте. Родители, принявшие участие в просветительских мероприятиях, получат электронные сертификаты об участии.

**Аннотации и график проведения вебинаров в мае-июне 2024 г.:**

*Даты вебинаров могут быть уточнены в зависимости от количества заявок или по заказу конкретных ОО*

**Ведущий**: **Обшаров Констатин Иванович**,

директор Центра психологии и тьюторства «Терра-П», гештальт-терапевт, преподаватель Института психологии ПГГПУ

1. **«Работа с сопротивлением подростка»**

Каждый из нас сталкивался с собственным сопротивлением либо сопротивлением другого человека, ребенка в попытке добиться какого-либо желательного действия. Опыт показывает, что зачастую люди используют для этого несколько неэффективных стратегий – добиться своего силой, игнорировать сопротивление, попытаться уговорить или подкупить… Обычно эти стратегии приводят либо к увеличению сопротивления, либо к имитации желаемых действий. На вебинаре будет показано, как эффективно работать с сопротивлением подростков. *Дата вебинара будет указана дополнительно.*

1. **«Обиды большие и маленькие»**

Обида – одно из наиболее порицаемых в обществе чувств. «На обиженных воду возят», «Ну что ты обиделся, как маленький» – все мы часто сталкиваемся с подобными реакциями. Однако любое чувство несет в себе и позитивный смысл. Игнорирование его приводит к конфликту с собой и другими. На вебинаре обсудим значение обиды и поймем, как с ней обращаться. *Дата вебинара будет указана дополнительно.*

1. **«Родитель, позаботься о себе!» – 29.05 в 19.00**

Если родитель хочет полноценно присутствовать в жизни ребенка, он должен качественно отдыхать, желательно за короткие сроки. Опыт показывает, что у большинства взрослых нет культуры отдыха и заботы о себе. Этому нужно учить и проектировать форматы отдыха в разных масштабах – как индивидуальном, так и семейном. Этому и будет посвящен вебинар.

1. **«Воспитание мальчиков: лайфхаки от психолога-отца» – 05.06 в 19.00**

Очень личный вебинар. Он обобщает собственный родительский и 20-летний профессиональный опыт работы с мальчиками. На вебинаре мы обсудим психологические особенности мальчиков и то, как их учитывать в современном мире.

**Ведущая: Евгения Андреевна Антропова,**

педагог-психолог высшей квалификационной категории, тьютор, когнитивно-поведенческий психотерапевт:

1. **"Свобода от родительской тревоги"**

Разберем, что такое "полезная" и "вредная" тревога, и познакомимся с базовыми техниками анти-тревожной саморегуляции. *Дата вебинара будет указана дополнительно.*

1. **"Как пережить экзамены: советы для всей семьи"**

Рассмотрим основные типы семейных стратегий поведения в предэкзаменационный период, взвесив их плюсы и минусы. Сформулируем наиболее эффективную модель совместной деятельности. *Дата вебинара будет указана дополнительно.*

1. **"Адекватная самооценка подростка: что это и как сформировать" – 21.05 в 19 ч.**

Изучим феномен самооценки как основу формирования личной силы подростка и определим зоны родительской помощи и самостоятельной ответственности растущего ребенка. *Дата вебинара будет указана дополнительно.*

1. **. "Как говорить с детьми о любви" – 28.05. в 19 ч.**

Первая любовь – одно из самых трепетных и непростых переживаний как в жизни ребёнка, так и в жизни наблюдающих этот процесс родителей. Как взрослому позаботиться о безопасности, не обесценив при этом эмоции подростка, и быть рядом, но не слишком близко, – узнаем на встрече.

1. **"Возрастные кризисы, и что с ними делать" – 04.06 в 19.00 ч.**

В китайском языке слово "кризис" состоит из двух иероглифов, означающих "опасность" и "возможность". Зафиксируем основные кризисные точки и попробуем найти верный путь между Сциллой и Харибдой процесса взросления.

**Ведущий: Герасименко Вадим Витальевич, психолог**

1. **Идеальный родитель / Идеальный подросток**

Стремление к идеалам – это достойная цель, но порой она выходит за всякие границы. Иногда в нашей голове выстраивается такой идеал, достижение которого является попросту невозможным. А потому, когда нам не удаётся достичь желаемого, нас одолевает тревога и страх, а когда желаемого образа не достигает наш близкий – злость и ненависть. На встрече мы совместно с родителями построим образы идеального и неидеального родителя и подростка, выстроим картину, соответствующую реальности, которая позволит нам снизить нашу тревожность и сделает отношения внутри семьи крепче и счастливее. *Дата вебинара будет указана дополнительно.*

1. **Я (не) только родитель, он (не) просто подросток**

“Я всё делаю ради своих детей!” – с некоторой гордостью говорим порой мы. И действительно, будучи родителями, мы идём на многое ради наших детей и их благополучия, что является большим и важным трудом. Но порой мы заходим так далеко, что теряем самих себя за маской родителя, а вместе с тем и теряем связь с очень важными для нас людьми. А потому порой важно напоминать самим себе, что мы – просто люди, имеющие право на ошибку, право быть самими собой. На этой встрече мы поговорим о том, какое значение играют в нашей жизни эти роли (родителя, мужа/жены, ребёнка…), и обсудим, как из этих ролей выходить и выстраивать общение с окружающими. *Дата вебинара будет указана дополнительно.*

1. **«Любовь жива» – 23.05 в 19 ч.**

Любовь – это глагол. Это чувство, которому мало просто быть – оно должно быть реализовано. Любить – значит проявлять свою любовь. Однако, как порой бывает между родителем и его ребёнком, кажется, что любить невозможно. Что когда я иду навстречу ребёнку, я встречаю лишь отторжение и неприятие, как это часто бывает с подростками. А тогда и я чувствую, что не могу больше быть с ним близким. Я могу почувствовать, что любви нет. Но это, конечно, не так. Любовь жива – как у родителя, так и у ребёнка. А потому важно обрести её вновь. На встрече мы постараемся отыскать нашу любовь, обратить внимание на то, как меняются отношения между родителем и ребёнком в подростковом возрасте и обсудим то, как научиться новым формам её проявления.

1. **Как говорить о том, о чём хочется молчать – 30.05 в 19 ч.**

Жизнь наполнена разными красками – иногда она сверкает яркими и радостными тонами, иногда – тусклыми и печальными. Но порой, в самые неожиданные и внезапные для нас моменты, жизнь окрашивается в тёмные и мрачные цвета. Будь то потеря близкого нам человека или внезапный семейный кризис, череда неясных ссор и трагедий. Иногда поводы для тревог подкидывает нам этот нестабильный мир. И тогда становится важно научиться говорить об этом честно – как со своими близкими, так и с самим собой. На этой встрече мы обсудим, как разобраться в собственных переживаниях и как общаться со своими близкими на страшные и тревожные темы.