

**«Как перестать жаловаться и начать жить.
Эффективная мотивация неСкуШной жизни особых детей и их
замечательных родителей»**

Возраст детей: от 12 до 16 лет

Необходимые требования для участия в программе: возможность рисовать, говорить, слышать.

Форма инвалидности: любая форма инвалидности исключая задержку развития и психические заболевания.

Формат проведения:

Тренинги для детей: 1 занятие продолжительностью 3 часа с перерывом на кофе-брейк.

Тренинги для родителей: 1 занятие продолжительностью 3 часа с перерывом на кофе-брейк (будут проходить параллельно в соседней аудитории).

Совместные тренинги для детей и родителей: 4 занятия продолжительностью 3 часа с перерывом на кофе-брейк;

Завершающее занятие (3 часа): викторина на умение детей и родителей сотрудничать друг с другом на равных.

Ведущие тренинга: Роман Пономаренко, координатор развития КСО РООИ «Перспектива» в Нижегородской области, общественный деятель, юрист, участник номинации «бизнес-тренер года», сертифицированный тренер международной школы бизнес-тренеров ICBT по программе «Методы бизнес-тренинга», Светлана Иконникова, дипломированный педагог-психолог (диплом НГПУ), журналист, член Союза журналистов России, интернет-блогер.

Андрей Сторожук, Анна Жарикова. Оба – ученики 11 класса лицея № 165, оба участники ряда всероссийских олимпиад по обществознанию, праву, журналистике, социологии. Оба входят в совет старшеклассников лицея №165, имеют богатый опыт организации и проведения общешкольных мероприятий.

Методика работы: программа разработана специально для детей, имеющих инвалидность, и учитывает наиболее острые запросы как подростков, так и их родителей. В тренинге применяются методики игротерапии, вербализации. В отдельных случаях используется методика парадоксальной логики, а также применяется принцип личного примера. Одним из ноу-хау тренинга будет являться тот факт, что ведущими родительской части станут 17-летние школьники, полностью самостоятельные и успешные. Кроме этого, игровые задания для родителей и детей частично будут совпадать – это позволит после тренинга родителям и подросткам детально обсуждать занятия и анализировать собственные действия.

Сопровождающие материалы: для проведения тренинга необходимы два флипчарта, фломастеры, экран, ноутбук и проектор для демонстрации презентаций. Кроме этого необходим расходный материал: бумага, ручки, карандаши, небольшие призы, которые вручаются участникам тренинга в процессе выполнения упражнений и игр.

Темы занятий для подростков и родителей

Занятие 1.

Площадка для детей. Я лидер и мне это нравится!

Цель тренинга: в игровой форме дать детям основы теории лидерства, создать ситуации, в которых каждый может себя почувствовать лидером, ощутить, что лидерство несет в себе не только приятные моменты, но и элемент ответственности. Донести мысль о том, что человек, который берет на себя ответственность за свою жизнь, достигает гораздо большего, чем тот, кто полагается на обстоятельства или оправдывает ими себя. *Домашнее задание: формулируем сами для себя задания на неделю.*

Площадка для родителей. Отпустить ребенка: зачем? Отпустить ребенка: как?

Цель тренинга: В процессе игр и бесед донести до родителей мысль, что излишняя опека и забота могут мешать их детям в самореализации. Проговорить их страхи, обозначить причины появления родительской тревожности. Дать видение подростковых кризисов такими, какими их воспринимают подростки. Дать понять, что самостоятельный ребенок (вне зависимости от того, есть у него инвалидность или нет) гораздо более защищен от нападков внешнего мира, чем ребенок, находящийся под постоянной опекой родителей. Этому будет способствовать и уникальность формата тренинга: ведущими станут 17-летние полностью самостоятельные, успешные школьники.

в процессе бесед и игр обсудить наиболее болезненные точки процесса удлинения психологической дистанции между родителем и ребенком. Поделиться опытом успешной родительской «сегрегации» детей с инвалидностью и без нее. Дать инструменты, позволяющие плавно, но последовательно делегировать ребенку все больше ответственности за свою жизнь и прав для принятия решений. *Домашнее задание: формулируем сами для себя задания на неделю.*

Занятие 2. Застенчивость...она не для нас! (совместное: родители и дети).

Цель тренинга: В игровой форме дать понять детям, что застенчивость – нормальный этап взросления, через который проходят практически все. Проиграть ситуации, в которых человек может стесняться. Снять внутренние зажимы, препятствующие общению. Дать навыки свободного общения. Проработать тему принятия своего физического «я». Выстроить здоровое отношение к своей инвалидности, выработать алгоритм того, как преподнести себя миру, чтобы получить максимальную отдачу. Сформулировать ответы на наиболее некорректные вопросы или реплики, которые могут прозвучать в адрес людей с инвалидностью. *Домашнее задание: формулируем для себя задания на неделю.*

Занятие 3. Гений общения (совместное: родители и дети).

Цель тренинга: в процессе тренинга-семинара дать возможность и родителям, и детям освоить базовые принципы построения успешного выступления как перед аудиторией, так и перед значимыми собеседниками. Прорепетировать наиболее распространенные виды выступлений. Отслеживать, как происходит взаимодействие детей и родителей в процессе тренинга, мягко направляя их в сторону выстраивания более взрослых и партнерских отношений. *Домашнее задание: формулируем задания на неделю.*

Занятие 4. Расти, карьера! (совместное: родители и дети).

Тема 1: Персональный бренд

Цель тренинга: В процессе тренинга дать основы продвижения себя в социальных сетях: научить тому, как писать привлекающие внимание посты, как и в каких случаях привлекать к себе внимание, как действовать в случае сетевого «троллинга».

Тема 2: Шаг в профессию

Привлеченный эксперт: представители Центра занятости.

Цель семинара: Дать информацию о том, как ребенку с инвалидностью выбрать перспективную профессию, как найти себя, какие вакансии на сегодня может предоставить центр занятости.

Тема 3: Ваше право!

Привлеченный эксперт: представители Фонда социального страхования.

Цель семинара: Дать информацию о технических средствах реабилитации, об индивидуальной программе реабилитации, о том, каким образом родители могут получить необходимые для их детей технические средства.

Домашнее задание: формулируем задания на неделю.

Занятие 5. Секрет успеха победителей (совместное: родители и дети).

Тема 1: Делай как я!

Привлеченные спикеры: взрослые люди с инвалидностью и без, которые достигли больших высот в карьере, спорте, общественной жизни.

Цель тренинга: вдохновить родителей и детей на достижение успеха, дать понять, что барьеры зачастую существуют лишь в голове, что даже те, которые имеются в реальности, можно обойти и двигаться дальше.

Тема 2: Ваше право!

Привлеченный эксперт: Зотов Владимир (юрист, адвокат).

Цель семинара: Осветить наиболее актуальные юридические вопросы людей с инвалидностью и их семей, рассказать о правах, льготах, возможностях, предоставляемых государством.

Домашнее задание: формулируем задания на неделю.

Занятие 6. Викторина победителей (совместное: родители и дети).

Цель занятия: Провести викторину, в которой команды детей и родителей будут соревноваться в вопросах на нестандартную логику. Дети и родители будут разделены на разные команды – таким образом, родители смогут увидеть, насколько самостоятельны сверстники их детей. По итогам викторины организовать чаепитие и награждение победителей. Устраиваем концерт! *Подводим итоги, завершаем проект.*

Календарный план проекта

Дата	Дети	Родители
18 марта	Занятие 1. Я лидер и это мне нравится!	Занятие 1. Отпустить ребенка: зачем? Отпустить ребенка: как?
26 марта	Занятие 2. Застенчивость...она не для нас!	
2 апреля	Занятие 3. Гений общения. Совместное: родители и дети.	
9 апреля	Занятие 4. Расту, карьера! Совместное: родители и дети.	
16 апреля	Занятие 5. Секрет успеха. Совместное: родители и дети.	
23 апреля	Занятие 6. Викторина победителей. Совместное: родители и дети.	