**План тренинга «Самоповреждающее поведение**

 **(от self-harm) у приемных детей**

**Пояснительная записка**

**Цель** тренинга: познакомить приемных родителей с явлением селфхарма, научить распознавать ситуации самоповреждающего поведения и дать рекомендации о способах поддержки своего ребенка.

**Задачи** тренинга:

1. Познакомить приемных родителей с проявлением и сутью такого явления как селфхарм..
2. Обозначить причины и признаки селфхарма, научить приемных родителей распознавать ситуации самоповреждающего поведения.
3. Рефлексия тренинга

**Продолжительность:** 2,5 часа.

**Целевая группа:** приемные родители.

Группа участников тренинга набирается по мере наполнения группы от 10-20 человек.

***План тренинга***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Тема и форма работы*** | ***Содержание*** | ***Время*** |
| **Вступительная часть. Знакомство участников тренинга и принятие правил тренинга.** |
| 1 | Знакомство участников тренинга. | Упражнение 1 «Рассказ от имени ребенка».Принятие правил тренинга. | ***10 мин.*** |
| **Основная часть тренинга.** | ***1ч 40 мин.*** |
| 1 | Демонстрациямультипликационного фильма «Self-harm» | Обсуждение мультипликационного фильма. Обратная связь участников. Вопросы тренера группе. Что увидели? Прокомментируйте. | *10 мин.* |
| 2 | Мини-лекция «Что такое самоповреждающее поведение или Self-harm?». | Обсуждение лекции с участниками тренинга. Обратная связь участников. Вопросы тренера группе. Что же такое Self-harm? Какие могут быть причины и признаки селфхарам? | *20 мин.* |
| 3 | Дискуссионная часть. Разбор кейсов. | Причины и признаки самоповреждающего поведения у детей. | *30 мин.* |
| 4 | Практические задания дляПогружения в ситуацию самоповреждающего поведения у приемного ребенка. | Упражнение 1 «Красный карандаш».Упражнение 2 «Поддержка». | *20 мин.* |
| 5 | Рекомендации приемным родителям в ситуациях самоповреждающего поведения детей и подростков. | Чего нельзя делать в ситуации селфхарма.Что нужно делать, чтобы помочь приемному ребенку.Чем заменить селфхарм. | *20 мин.* |
| **Заключительная часть тренинга.** | ***40 мин.*** |
| 1 | Определение ресурсов для преодоления ситуации селф-харма у приемного ребенка. Практические задания. | Упражнение 1 «Метафорический автопортрет».Упражнение 2 «Список общих качеств с приемным ребенком».Упражнение 3 «Растяжка мышления»Упражнение 4 «Дорисовка по кругу» | *30 мин.* |
| 2 | Обсуждение полученного опыта в тренинге | Рефлексия, обратная связь, обсуждения полученных знаний и навыков. | *10 мин.* |