Приложение 2

к заявлению №10 от 19.09.2023 г.

Форма описания социальной практики

**1. Название номинации Конкурса.**

«Практики, направленные на сохранение семьи и профилактику разводов»

**2. Название региональной социальной практики**

Проект «Сближение».

**3. Автор и руководитель соцпрактики (должность, контактные данные).**

Васкан Марина Михайловна, руководитель проекта, руководитель ТРООУРС «СММ»,

+7-953-442-62-79, m.m.vaskan@mail.ru.

**4. География соцпрактики.**

г. Тула и Тульский регион (онлайн, офлайн).

**5. Цель соцпрактики.**

Создать условия для укрепления внутрисемейных отношений

**6. Задачи соцпрактики.**

1). Проинформировать население города о мероприятиях проекта, подготовиться к их проведению, набрать участников.

2). Передать знания и сформировать умения, помогающие выстраивать гармоничные взаимоотношения и налаживать качественное общение, улучшающее взаимопонимание с детьми в возрасте 0-10 лет, с подростками в возрасте 11-18 лет

3). Передать знания и сформировать умения, помогающие выстраивать гармоничные взаимоотношения и налаживать качественное общение, улучшающее взаимопонимание между супругами

4). Создать площадку для совместной деятельности всей семьи, помогающей объединиться, поддерживающее сообщество единомышленников - социально активных семей, берущих ответственность за изменения в своем окружении, для реализации полезных обществу проектов.

5). Создать информационные материалы о проекте с включением памяток по укреплению семьи. Подготовить отчетность по проекту.

Проект направлен прежде всего на раннюю профилактику и устранение причины многих социальных проблем, которые появляются в результате разрушения традиционной семьи, а не только на устранение их последствий. Он призван внести системные изменения в виде организации регулярного просвещения в сфере родительства и супружества, которое необходимо для создания крепкой счастливой семьи с одним супругом или супругой на всю жизнь, организации совместной деятельности, сплачивающей всю семью и в дальнейшем помогающей создать сообщество социально активных семей, берущих ответственность за своё окружение.

**7. Целевые группы (целевая аудитория).**

1. Родители детей в возрасте 0-10 лет, желающие улучшить детско-родительские отношения
2. Родители подростков в возрасте 11-18 лет, желающие улучшить детско-родительские отношения
3. Супруги в зарегистрированном браке, желающие улучшить супружеские отношения.

**8. Нормативно-правовые и локальные акты, необходимые для реализации соцпрактики.**

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Федеральный закон от 27 июля 2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных».

Федеральный закон от 11 августа 1995 г. №135-ФЗ «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)».

Федеральный закон от 28 декабря 2013 г. №442-ФЗ "Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации".

**9. Описание соцпрактики по этапам.**

Проект "Сближение" направлен на укрепление внутрисемейных отношений и раннюю профилактику разводов и неблагополучия в семьях. В рамках проекта проводится:

1) онлайн-курс "Счастливые супруги" (7 вебинаров),

2) онлайн-курс для родителей по воспитанию детей в возрасте 0-10 лет (5 вебинаров),

3) онлайн-курс для родителей по воспитанию подростков 11-18 лет (5 вебинаров),

4) серия встреч семейного клуба "Сближение" (офлайн) - для участия в семейных волонтерских проектах, в мероприятиях, направленных на формирование здорового образа жизни и т.п.

5) создание и раздача буклетов по семейной тематике в электронном виде.

Проект направлен прежде всего на устранение причины многих социальных проблем, которые появляются в результате разрушения традиционной семьи, а не только на устранение их последствий. Он призван внести системные изменения в виде организации регулярного просвещения в сфере супружества и родительства, которое необходимо для создания крепкой счастливой семьи с одним супругом или супругой на всю жизнь, организации совместной деятельности, сплачивающей всю семью и в дальнейшем помогающей создать сообщество социально активных семей, берущих ответственность за своё окружение.

Участники проекта укрепят супружеские и детско-родительские отношения в семьях, что является профилактикой многих негативных социальных явлений, таких, как супружеские измены, конфликты, девиантное поведение подростков, различные формы зависимостей и добрачные половые связи, разрушающие репродуктивное здоровье молодежи, а также повысят вовлеченность семей в общественную активность города.

Варианты реализации:

1) онлайн-курсы проводятся ведущими, офлайн-встречи проводятся на регулярной основе, ведущие, спикеры могут быть разными, по согласованию с руководителем проекта.

2) онлайн-курсы проводятся один раз, делаются записи всех вебинаров курса, далее всем желающим, кто не участвовал онлайн, высылаются записи для изучения в удобное время (с конспектами, ссылками на вебинары, списком литературы для дальнейшего изучения, анкетой обратной связи для заполнения), офлайн-мероприятия проводятся на регулярной основе.

Презентация прилагается (приложение 3).

**10. Качественные результаты.**

Участники онлайн-курса «Счастливые супруги» получили знания и сформировали умения, помогающие выстраивать гармоничные отношения и налаживать качественное общение, улучшающее взаимопонимание между супругами.

На первом вебинаре супружеские пары изучили цели семьи и супружества, узнали, что необходимо, чтобы создать и сохранить взаимоотношения с одним мужем или женой на всю жизнь, обсудили общие ценности, изучили этапы развития отношений, которые позволяют взращивать зрелую супружескую любовь, преодолевая все трудности на этом пути. Также они познакомились с понятием "супружеское время", или свидание в браке, - что это такое, зачем оно нужно, какие особенности есть при его организации. Мужья и жены проанализировали в одном из заданий, как они заботятся друг о друге и как можно улучшить ситуацию. Также они провели диагностику своего брака, выявили точки роста и сильные стороны.  
 На втором вебинаре супруги изучили свойства эффективной коммуникации. Мужья и жёны узнали об уровнях общения, о том, зачем важно поддерживать эмоциональную связь друг с другом, о том, что мешает нам слушать, изучили 5 шагов рефлексивного слушания и получили рекомендации по их применению. В дополнительных материалах к вебинару также они познакомились с типами неэффективных высказываний, получили рекомендации по изучению различий между мужчинами и женщинами, включая и процесс общения, для улучшения взаимопонимания.

На третьем вебинаре  мужья и жены изучили понятие конфликта, его типы, основные причины конфликтов, особенно семейных, стратегии их разрешения. Также изучили общую стратегию поведения в конфликте, 4 принципа его разрешения, включая 5 практических шагов по нахождению общего решения проблемы, а также правила бесконфликтного поведения. Участники закрепили полученные знания, провели самоанализ для внесения изменений в поведение и реакции через выполнение упражнений в течение вебинара, а также домашнего задания в течение недели после вебинара. В дополнительных материалах к вебинарам супруги смогли изучить кризисы отношений и как с ними справляться конструктивно, познакомились с этапами развития отношений.

На четвертом вебинаре участники изучили такое чувство, как гнев, конструктивные и неконструктивные способы его выражения, а также их последствия. Также они узнали о механизмах исцеления душевных ран и боли, о том, как правильно нужно просить прощения друг у друга, как и зачем нужно прощать. Выполняя упражнения, они проанализировали отношения, определили свои характерные реакции в ситуациях причинения боли и использовали возможность попросить прощения друг у друга за прошлые обиды и начать отношения с чистого листа, обходя в дальнейшем острые углы и бережно относясь друг к другу.  
 На пятом вебинаре супруги изучили тему отделения от родителей, особенно психологического, трансформации отношений родителей со взрослыми самостоятельными детьми, грамотного выстраивания границ пары с родителями и родственниками и взаимодействия на новом уровне, построения правильных приоритетов, способствующих сохранению и развитию супружеской пары.

Также участники проанализировали прошлые отношения со своими родителями и их влияние на будущие отношения с партнером в браке, использовали занятие как возможность исцеления боли и обид прошлого и путь построения новых отношений по-новому, возможность поблагодарить родителей за всё лучшее, что они смогли дать, и простить за остальное. Самоанализ позволил парам понять причины некоторых возможных проблем во взаимодействии из прошлого, чтобы минимизировать влияние негативного опыта из родительской семьи на свою собственную. В упражнениях супруги смогли проанализировать то хорошее, что им нравилось в семьях своих родителей и что они хотели бы сохранить в своих семейных укладах и передать своим детям. Также пары смогли продумать, чем они могли бы помогать своим родителям или родственникам для поддержания добрых любящих взаимоотношений.

В дополнительных материалах супруги познакомились с теорией привязанности, типами привязанностей и их влиянием на выстраивание долгосрочных взаимоотношений в браке, с понятием психологических территорий, с формами созависимых и эталоном зрелых отношений между мужем и женой, а также родителями и детьми. Супруги получили дополнительные материалы по психологической самопомощи, которые помогут им научиться справляться со стрессом, который часто сопровождает гнев, с апатией, тревогой, изучить структуру «Я-послания» для практического применения. .   
На шестом вебинаре участники узнали, как поддерживать искру в сексуальных взаимоотношениях или как восстановить ее, если она потеряна. Супруги смогли получить начальные знания и освоить начальные навыки культуры взаимоотношений вообще и интимных взаимоотношений в частности, используя опыт и рекомендации профессиональных сексологов. Они изучили влияние разных факторов на гармонию в интимной жизни, включая негативное давление среды и порнографии, важность создания атмосферы доверия и безопасности, негативное влияние психологического и физического насилия на внутрисемейные отношения в целом и интимные отношения в частности. Участники освоили начальные знания о разности мужской и женской физиологии касательно сексуальной жизни, взаимосвязи физиологии и душевной стороны взаимоотношений мужа и жены. .  
 Мужья и жены изучили нравственный аспект данной сферы, в частности, взаимное сохранение верности в браке. Они получили рекомендации по грамотному выстраиванию границ пары с партнерами, коллегами, друзьями противоположного пола для профилактики измен в браке, включая виртуальные взаимоотношения, изучили частые причины измен для их устранения. Супруги узнали о ценности и уникальности супружеской любви, получили мотивацию к сохранению верности и ценности одной семьи на всю жизнь, в том числе для детей и внуков с точки зрения исследований по родословию влияния жизни предков на жизнь потомков.  
В дополнительных материалах курса супружеские пары узнали и научились, как сохранять и развивать романтику в браке.

На седьмом вебинаре участники изучили концепцию пяти языков любви применительно к супружеским взаимоотношениям, ознакомились с историей ее возникновения, рассказанной автором Гэри Чепмэном, семейным консультантом с большим опытом консультирования супружеских пар. .  
 Мужья и жены определили или напомнили свои языки любви для дальнейшего их практического применения в отношениях.

Во время вебинаров участники могли закрепить изученную теорию практическими упражнениями, а также домашним заданием в течение дальнейшей недели.

Участники онлайн-курса для родителей по воспитанию детей 0-10 лет получили знания и сформировали умения, помогающие выстраивать гармоничные отношения и налаживать качественное общение, улучшающее взаимопонимание с детьми в возрасте 0-10 лет. Родители познакомились с особенностями родительской любви и заботы о детях, детскими возрастными психологическими потребностями, стилями родительского воспитания, а также с правилами формирования надежной привязанности в отношениях, помогающей в дальнейшем выстраивать долгосрочные отношения, включая отношения с будущим мужем или женой. Родители узнали об этапах развития и формирования психологической зрелости детей, о моделях созависимых и эталоне зрелых отношений, получили ориентиры формирования самостоятельности, ответственности и самоконтроля в детях. Родители овладели начальными навыками активного слушания и начали развивать свой эмоциональный интеллект, чтобы помогать детям экологично справляться с эмоциями. Также они обрели знания и начальные навыки по гармоничному установлению дисциплины в семье, грамотной помощи детям в развитии так, чтобы не навредить и не затормозить их активность и самостоятельность. Участники курсов познакомились с актуальной информацией, которая поможет им защищать детей от деструктивного контента в Интернете, зависимостей от психоактивных веществ, поможет передавать нравственные ценности и давать нравственное половое воспитание, нацеленное на сохранение целомудрия до брака и верности в браке, традиционные семейные ценности, для сохранения репродуктивного здоровья будущих поколений. Родители и дети стали больше проводить времени вместе и укреплять доверительные отношения, особенно важные дальнейшего переходного возраста.

Участники онлайн-курса для родителей по воспитанию подростков 11-18 лет получили знания и сформировали умения, помогающие выстраивать гармоничные взаимоотношения и налаживать качественное общение, улучшающее взаимопонимание с подростками в возрасте 11-18 лет.

Родители изучили роль семьи в становлении и поддержке личности подростка, ознакомились с целями нового периода воспитания и с необходимостью вносить корректировку в воспитательные стратегии для успешного прохождения переходного периода и формирования зрелой самостоятельной ответственной личности подростка. Изучение социально-психологических потребностей и способов удовлетворения главных из них помогло родителям лучше понимать своих подростков, создавать и поддерживать теплую атмосферу в семье. Знания и умения по экологичному проживанию эмоций, улаживанию разногласий и бесконфликтным техникам общения позволили родителям подростков сделать общение с ними более продуктивным и менее травматичным, а также научить их выстраивать здоровые взаимоотношения с окружающими. Полученные знания по профилактике употребления психоактивных веществ, защите детей от деструктивного контента в Интернете и разного типа зависимостей дали родителям ориентиры в выполнении защитной родительской роли. Родители изучили методы формирования мировоззрения и передачи ценностей, что поможет им в дальнейшем передавать нравственные ценности и давать нравственное половое воспитание, нацеленное на развитие самоконтроля, сохранение целомудрия до брака и верности в браке, традиционные семейные ценности, для сохранения репродуктивного здоровья будущих поколений. Отдельные родители получили ответы приглашенного эксперта по улучшению своих ситуаций, связанных с игровыми зависимостями.

Они узнали, какую достойную созидательную альтернативу, в том числе в виде общественной активности, можно предложить детям. Программа вебинаров мотивировала родителей также самим стать хорошим примером своим подросткам.

Участники встреч семейного клуба «Сближение» (семейных волонтерских проектов) вместе провели время, укрепили свои взаимоотношения и одновременно выполнили общественно полезные и нужные дела – убрали территорию городского парка или посадили дерево на общественном пространстве (благоустроили территорию около своего детского садика или школы). Семьи-участники познакомились, смогли лучше узнать друг друга и объединиться для выполнения общественной деятельности. Сформировались мини-сообщества социально активных семей.

Участники курсов для супругов и родителей, встреч семейного клуба получили просветительские материалы - файлы буклетов «Курс для родителей по воспитанию детей 0-10 лет», «Курс для родителей по воспитанию подростков 11-18 лет», «Курс «Счастливые супруги»». Основные знания и практически опорные моменты теперь будут под рукой в быстром доступе.

**11.Количественные результаты.**

2021 год – 16 участников (2 участника курсов для родителей детей 0-10 лет, 5 участников курсов для родителей подростков 11-18 лет, 9 участников курса для супругов).

2022 год – 152 участника целевых групп (40 участников курсов для родителей детей 0-10 лет, 40 участников курсов для родителей подростков 11-18 лет, 51 участник курса «Счастливые супруги», 21 участник встреч семейного клуба «Сближение» и семейных волонтерских проектов).

Публикаций в СМИ 6.

Число добровольцев, привлеченных к реализации проекта, - 15.

2023 год (до конца лета) - 32 человека (9 участников курса «Счастливые супруги», 8 участников курса для родителей по воспитанию детей 0-10 лет, встречи семейного клуба «Сближение» - 15 человек).

**12.Методы контроля и оценка результатов.**

Отзывы участников, анкетирование, опрос, беседа, мониторинг дальнейшего состояния семей-участниц.

**13.Необходимые ресурсы (финансовые, кадровые, информационные, материальные, имущественные) для реализации соцпрактики.**

Кадры (руководитель проекта, бухгалтер, квалифицированные ведущие курсов, специалист по продвижению проекта в СМИ и соцсетях, технический специалист, дизайнер, фотограф, координатор волонтеров), финансовое обеспечение (оплата услуг специалистов и др.), программы (бухгалтерская, для проведения и записи вебинаров, фото- и видеоредакторы), техника (ноутбук для проведения вебинаров, ведения бухгалтерии, подготовки отчетности, создания макетов буклетов и объявлений, фото- и видеоредактирования материалов), Интернет с Wi-Fi, спикеры, помещение и материалы для проведения встреч семейного клуба (саженцы, инвентарь для посадки деревьев и уборки парка и др.), обучение (онлайн-курсы платформы Dobro.ru ).

Представители госструктур – Управление образования г. Тулы, Комитет по делам ЗАГС и обеспечению деятельности мировых судей в Тульской области, Центры образования г. Тулы, СМИ г. Тулы и Тульского региона – предоставляют информационную поддержку проекта.

Представители госструктур – Центры образования г. Тулы и их структурные подразделения, Общественный ресурсный центр г. Тулы – предоставляют место для проведения встреч семейного клуба «Сближение», на улице и в помещении.

**14.Препятствия и риски при реализации практики.**

* Недостаточное финансирование,
* отсутствие подходящих специалистов для проведения курсов,
* недостаточное информационное сопровождение и продвижение проекта (в СМИ и соцсетях),
* неудачный выбор времени проведения мероприятий (для выбора удобного времени проведения вебинаров для работающих родителей рекомендуется предварительно провести опрос, волонтерские проекты по посадке деревьев являются сезонными, весной и осенью, проекты по уборке территорий зависят от погоды и т.п.),
* отсутствие помещения для проведения мероприятий (возможна платная аренда),
* нарушение правила конфиденциальности,
* отсутствие активного вовлечения супружеских пар,
* могут понадобиться дополнительные консультации психологов.

**15.Отзывы о соцпрактике, ссылки на видео.**

Отзывы участников 2021-2023 гг. <https://cloud.mail.ru/public/DAa7/nnNZLy7XJ>

Ссылка на видеоотчет по проекту за 2022 год <https://youtu.be/CL-N0JCWXUE>

**16.Возможность адаптации и тиражирования в другие регионы РФ.**

Соцпрактика доступна для тиражирования в другие регионы России – все материалы курсов есть в электронном виде (презентация проекта, слайды с основными моментами содержания по каждому курсу, тексты ведущих для самостоятельного проведения или записи своих видео, которые возможно незначительно скорректировать под конкретную супружескую пару ведущих, конспекты к каждому вебинару, списки литературы к курсам). Материалы для организации встреч офлайн также есть в электронном виде, но они не регламентированы – зависит от запросов/потребностей и возможностей конкретных семей в вашем регионе. Есть пространство для творчества.

Особенность курсов проекта:

• проводится парой (отцом и матерью, мужем и женой), принципиально важно, чтобы тема рассматривалась как с позиции отца, так и с позиции матери, с позиции обоих супругов;

• знания и умения о базовых принципах построения супружеских взаимоотношений, воспитания детей и подростков и закономерностях их развития (в дальнейшем может быть дополнен вебинарами и тренингами по индивидуальным запросам и особенностям конкретных семей).

• курс составлен на основе знаний и опыта российских и зарубежных психологов, специалистов по работе с семьями, опросов многих семей.

Преимущества курсов - знания и навыки общения и построения отношений с детьми и подростками, приобретенные на курсе, универсальны и применимы во всех сферах, включая общение между взрослыми людьми.

Рекомендации по выбору подходящих ведущих – желательно профильное образование (педагогическое или психологическое) не ниже среднего профессионального уровня, свой опыт жизни в браке не менее 10 лет, опыт родительства.

Также важно наличие в команде проекта хорошего специалиста по информационному сопровождению и продвижению проекта, для широкого охвата участников.