

Предложения в план региональных мероприятий по психологической адаптации для детей вынужденных переселенцев и мигрантов, проживающих в пунктах временного размещения

№ п/п	Срок проведения	Формат	Мероприятия	Аудитория	Ответственный
1.	Январь - месяц работы с детьми в кризисных ситуациях	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Общение с детьми в кризисных ситуациях: рекомендации для родителей в отношении детей после кризисного события» 2. «Основные реакции детей на кризисные события: как их определить и что делать»	Родители	ЦА РКК
2.		Очно	Выезды в ПВРы: Работа с дыханием для снижения тревоги у детей	Дети разных возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
3.	Февраль - месяц обучения справляться с потерей.	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Методы и техники для прощания с родным домом, людьми и предметами, которые оставили в результате вынужденного переселения» 2. «Методы психологической поддержки детей»	Родители	ЦА РКК

4.		Очно	Выезды в ПВРы: 1. Упражнения по созданию безопасного пространства для обсуждения эмоций и поддержки друг друга 2. Игры для осмысления и сохранения положительных воспоминаний	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
5.	Март - месяц адаптации детей к новым условиям	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Ребенок в ситуации вынужденного переселения: сложности в адаптации» 2. «Техники, методы и упражнения для детей, направленные на помощь в адаптации к новым условиям»	Родители	ЦА РКК
6.		Очно	Выезды в ПВРы: 1. Языковые игры, знакомящие детей с новым языком и культурой 2. Мастер-классы по национальным ремеслам	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
7.	Апрель - месяц управления стрессом и ресурсами	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Что такое стресс и как с ним справиться? Методы саморегуляции» 2. «Целеполагание и анализ ресурсов»	Родители	ЦА РКК

8.		Очно	Выезды в ПВРы: 1. Дыхательные техники для расслабления 2. Спортивные игры для снижения физического напряжения и улучшения взаимодействия	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
9.	Май - месяц работы с семейными отношениями	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Влияние вынужденного переселения на внутрисемейные взаимоотношения и изменения ролей» 2. «Способы выстраивания внутрисемейных взаимоотношений в связи с вынужденным переселением»	Родители	ЦА РКК
10.		Очно	Выезды в ПВРы: 1. Сказкотерапия 2. Ролевые игры для проигрывания новых ролей детей и их родителей	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
11.	Июнь - месяц построения социальной поддержки	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Способы формирования новых социальных связей для детей и родителей: сообщества» 2. «Система поддержки социальных связей в условиях вынужденной миграции»	Родители	ЦА РКК
12.		Очно	Выезды в ПВРы:	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК,

			<p>1. Создание «дружеских пар»</p> <p>2. Тренинг, направленный на развитие социальных навыков через групповые занятия</p> <p>3. Упражнения для улучшения взаимодействия</p>	Родители	Координаторы по ПСП РО РКК
13.	Июль - месяц психического здоровья	Онлайн	<p>Вебинары на темы:</p> <p>1. «Психическое здоровье – это...»</p> <p>2. «Доступные ресурсы для поддержания психического здоровья»</p>	Родители	ЦА РКК
14.		Очно	<p>Выезды в ПВРы:</p> <p>1. Упражнение «Дерево чувств»</p> <p>2. Игра «Эмоциональные мимики»</p>	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
15.	Август - месяц физического здоровья	Онлайн	<p>Вебинары на темы:</p> <p>1. «Основы здорового образа жизни»</p> <p>2. «Роль правильного питания и здорового образа жизни для физического и психического развития ребенка»</p>	Родители	ЦА РКК
16.		Очно	<p>Выезды в ПВРы:</p> <p>1. Спортивные эстафеты</p> <p>2. Спортивный квест «В здоровом теле здоровый дух»</p>	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
17.		Онлайн	<p>Вебинары на темы:</p> <p>1. «Особенности</p>	Родители	ЦА РКК

			обучения детей в ситуации вынужденного переселения» 2. «Способы поддержки детей в период обучения»		
18.	Сентябрь - месяц образования	Очно	Выезды в ПВРы: 1. Упражнения на развитие когнитивных способностей: памяти, мышления, восприятия, внимания, воображения 2. Образовательные игры	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
19.	Октябрь - месяц психосоциальной поддержки	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Методы психосоциальной поддержки детей» 2. «Психологические особенности детей разных возрастов»	Родители	ЦА РКК
20.		Очно	Выезды в ПВРы: 1. Упражнение «Круг благодарности» 2. Командные задания	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
21.	Ноябрь - месяц формирования эмоционально го интеллекта	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Что такое эмоциональный интеллект?» 2. «Как развивать эмоциональный интеллект?»	Родители	ЦА РКК
23.		Очно	Выезды в ПВРы: 1. Упражнения, направленные на понимание собственных эмоций	Дети всех возрастов	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК

			2. Упражнения на развитие эмпатии		
25.	Декабрь - месяц	Онлайн	Вебинары на темы: 1. «Мечты, желания и цели»	Родители	ЦА РКК
27.	программирования на будущее	Очно	Выезды в ПВРы: 1. Составление карты желаний на следующий год	Дети всех возрастов Родители	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
29.	В течение года	Очно	Индивидуальные консультации для детей и родителей в ПВРах и на базе РО РКК	Дети разных возрастов (по запросу родителей) Родители	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК
30.	В течение года	Очно	Тематические группы поддержки для детей и родителей на базе ПВР и РО РКК	Дети разных возрастов (3-5 лет, 6-10 лет, 11-16 лет) Родители	Председатели РО РКК, Координаторы по ПСП РО РКК

Для повышения эффективности и информированности родителей-мигрантов по вопросам психологической адаптации их детей необходимо обеспечить распространение информации о проводимых Российским Красным Крестом вебинаров.

По итогам проведения тематических вебинаров из них будет сформирован образовательный курс для родителей детей переселенцев, который будет загружен на образовательный портал Академии Красного Креста: academy.redcross.ru.