

Презентация проекта для участия в конкурсе
на предоставление гранта Президента Российской Федерации
на развитие гражданского общества

Проект «Школа для родителей»

Курс для родителей, воспитывающих детей до 3-Х лет

Автор проекта:

Макаревич Ольга

основатель

«Школы для родителей» г. Иркутск



”

В нашей семье
прибавление,
вот теперь начинается
счастливая жизнь...

**Появление ребенка
в молодой семье —
это большое
счастье...**

... но и большое испытание для молодой семьи!

В процессе адаптации к этим ролям и изменившейся жизненной ситуации родители испытывают стресс, усталость, трудности в вопросах ухода и воспитания детей.

Это зачастую приводит к созданию эмоционального напряжения в отношениях, и как следствие, приводят к эмоциональному выгоранию родителей, кризисам в отношениях, иногда к разводам.



После рождения ребенка мужчина и женщина оказываются не готовы к своим новым социальным ролям "мама и папа".



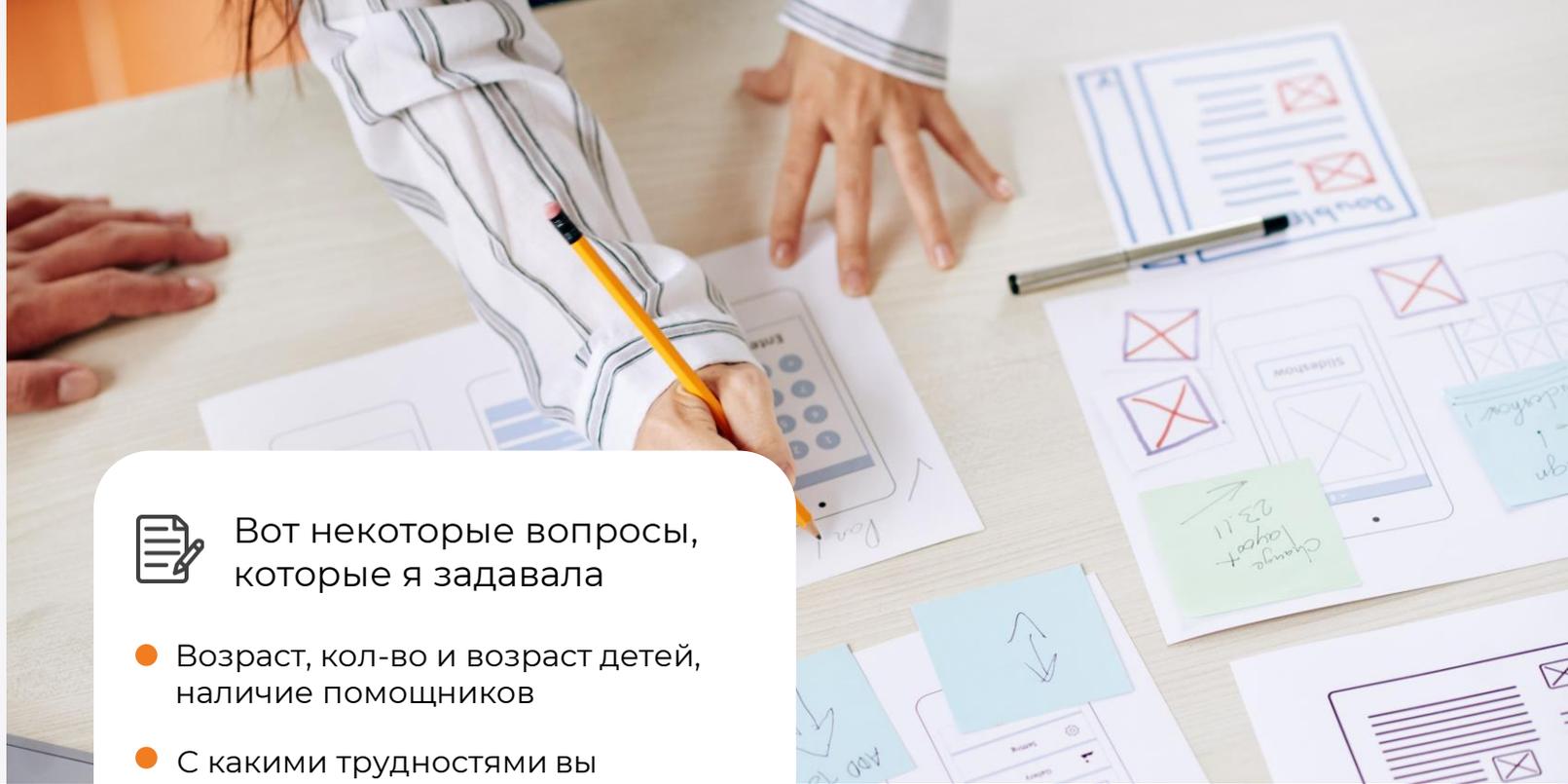


Каждый год в Иркутской области появляется более 26 тыс. новорожденных, а это означает появление 26 тысяч новых мам и пап.

В семьях, в которых уже есть дети, появление нового члена семьи равно как в первый раз и также сопряжено со стрессом, бессонными ночами, утомлением и нервным истощением родителей.

Исследования и опросы

Приведу некоторые результаты проведенного мною опроса среди мам, у которых есть дети до 3-х лет



Вот некоторые вопросы, которые я задавала

- Возраст, кол-во и возраст детей, наличие помощников
- С какими трудностями вы столкнулись после рождения ребенка? Как справлялись?
- Отразились ли изменения и трудности на семейных отношениях? К каким последствиям привели?
- Как вы можете охарактеризовать свое физическое и эмоциональное состояние в первые 3-6 месяцев после рождения ребенка?

+100 чел.
опрошено

” Часто возникают мысли о разводе, полное непонимание, куча претензий...



” С первым ребенком было ужасно тяжело. Была близка к послеродовой депрессии...



” В первые 3 месяца было очень сложно эмоционально, был большой накопленный недосып...

Вот только некоторые цитаты родителей, у которых появился малыш*

*По результатам моего исследования

Результаты опроса в цифрах



Вопрос:

Как часто у вас бывает апатия и усталость от забот о ребенке?

27,2 %

ответили, что постоянное ощущение и часто бывает



Вопрос:

Отразились ли изменения и трудности с младенцем на семейных отношениях?

Стали ругаться, больше претензий и обид друг к другу, муж не помогает

42 %

Отношения не изменились

30 %

Охладели друг к другу, живут как соседи, нет интимной жизни

18 %

Супруги развелись или на грани развода

10 %

Результаты опроса в развернутых ответах

На вопрос "Как вы справлялись / справляетесь с трудностями, которые возникают после рождения ребенка?" я получила вот такие результаты:

30% ответили

что обращались за поддержкой и помощью:

- к подругам;
- в чаты мамочек;
- к мужу



26% ответили

что искали информацию сами, читали книги по психологии и воспитанию детей



19% ответили

что обращались к узкопрофильным специалистам (психологи, врачи, консультанты по ГВ)



25% ответили

что не предпринимали никаких попыток справиться с трудностями и стрессом



Блок ответов #1

- ✓ Семейные курсы, как взаимодействовать родителям как быть хорошим родителем когда детей больше, чем один?
- ✓ Психология отношений со старшим ребёнком, когда в дома появился новорождённый.

Блок ответов #2

- ✓ Как быть более спокойной, когда очень устала?
- ✓ Механизм восстановления ресурса в домашних условиях.
- ✓ Естественное родительство, помощь при депрессии.

Блок ответов #3

- ✓ Психологическая помощь и поддержка.
- ✓ Восстановление гармоничных семейных отношений.

Блок ответов #4

- ✓ Психология для отцов новорожденных детей.
- ✓ Как соблюдать грань мама-папа / жена-муж.
- ✓ Как приобщить мужа к уходу за малышом?

Блок ответов #5

- ✓ Как справиться с агрессией.
- ✓ Как не сойти с ума в декрете.
- ✓ Как не свихнуться.
- ✓ Как сохранить мир в семье.



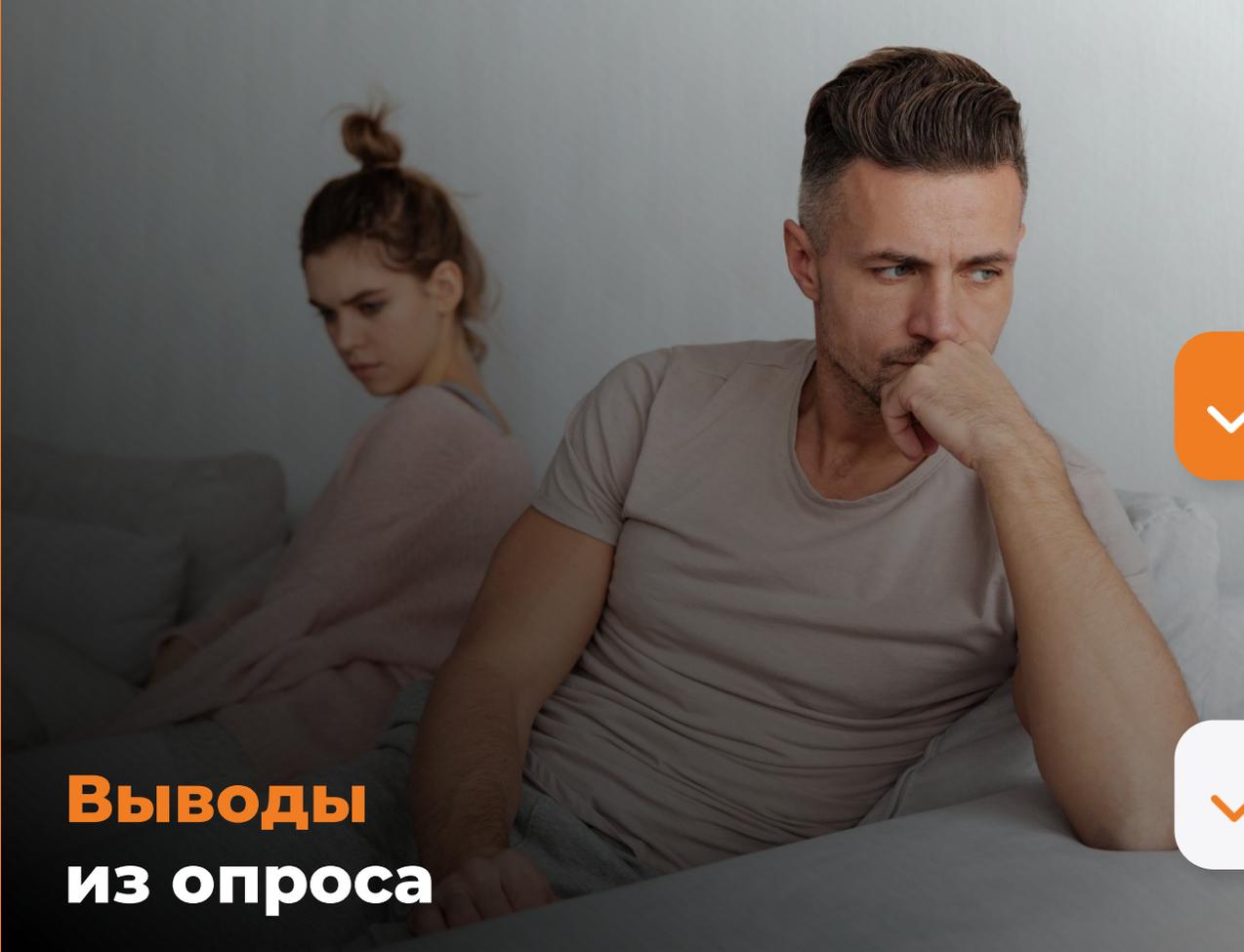
«Какие темы вы бы хотели услышать или проработать со специалистами проекта "Школа для родителей"?»

«Что для Вас сейчас наиболее актуально?»

Также хочу поделиться ответами респондентов на вопросы



Выводы из опроса



Из выше представленного исследования можно сделать следующие выводы:



Рождение ребенка может быть причиной развода!

около половины родителей сталкиваются с эмоциональными и психологическими трудностями после рождения ребенка; последствия таких трудностей приводят к разладу отношений в семье, а иногда – к разводу!



Новоиспеченные родители часто ищут помощи

также из опроса видно, что 75% респондентов искали помощь и пути решения своих проблем самостоятельно или обращались за помощью к близким и к специалистам.



Как заключение добавлю:

семья – это важная ценность нашего общества. Но, как показывает статистика, даже такое радостное событие, как рождение ребенка и сопряженные с этим бытовые трудности могут привести к разногласиям и расколу семьи.

Поэтому я считаю, что **психологическая поддержка молодым родителям – жизненная необходимость!**

Я знаю, как помочь

В СЛОЖНЫЙ МОМЕНТ

Мой проект «Школа для родителей» при поддержке «Фонда Президентских Грантов» сможет оказать психологическую помощь и поддержку семьям, воспитывающим детей в возрасте до 3 -х лет в Иркутске (оффлайн) и Иркутской области (онлайн-формат).



В рамках проекта мы проведем следующий цикл мероприятий:

1
Семинары с психологами по всем тематикам, которые волнуют современных родителей.

2
Опрос для выявления запросов и установления причина эмоционального выгорания или кризиса в отношениях с партнером.

3
Формирование закрытых целевых групп по критериям, для достижения в них максимального уровня доверия участников друг к другу и разрешения трудных ситуаций.

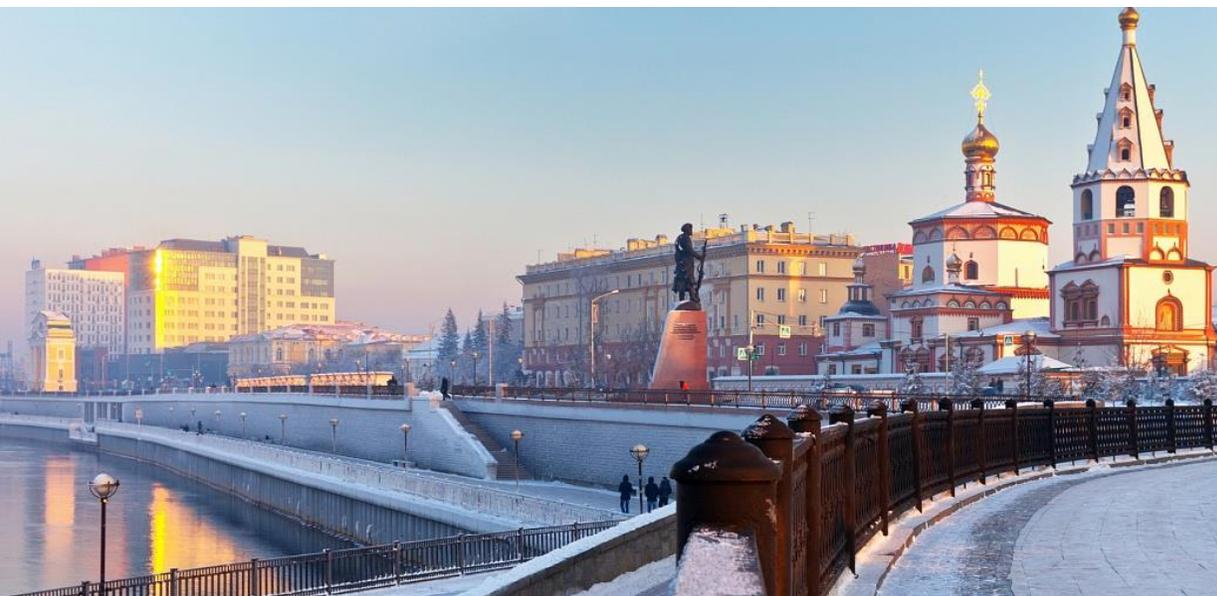
4
Комплекс мероприятий:

- оффлайн-встречи (не менее 1 раз в месяц);
- онлайн встречи (не менее 1 раз в неделю);
- мастер-классы с упражнениями и диагностикой;
- на выходе каждый получит рекомендации в каком направлении лучше работать;
- чат поддержки участников.

В результате проекта

Проект будет полезен как и отдельной семье...

После прохождения курса родители научатся отслеживать и выявлять у себя признаки выгорания, использовать техники и практики для восстановления своего психического и физического состояния, сглаживать острые углы и конфликты, ценить и уважать друг друга.



...так и для всего региона

Запуск проекта является важной задачей для региона, ведь семья – это ячейка общества и от их качества напрямую зависит развитие и процветание общества, воспитание подрастающего поколения. Чем больше в нашей стране счастливых и полных семей, тем крепче наше общество и сильнее государство.



Основатель проекта  «Школа для родителей»

Ольга Макаревич

Организовала проект «Школа для родителей» в 2015 г. когда сама стала мамой и столкнулась со множеством вопросов в новой для себя роли – родителя.

Идею проекта единогласно поддержала авторитетная в регионе организация «Ассоциация детских врачей Иркутской области».

В ходе развития проекта:

- ✓ стала финалисткой Всероссийского конкурса «Успешная мама» в номинации «Мама-общественный деятель»;
- ✓ заняла 3 место в номинации «Здоровое поколение» конкурса социально значимых проектов «Миллион на добрые дела».

«Ассоциация детских врачей Иркутской области» объявила благодарность проекту за «преумножение коммуникативных связей между родителями и врачами г. Иркутска, популяризацию тем сохранения детского здоровья и профилактики заболеваний».

ОТЗЫВЫ
УЧАСТНИЦ
ПРОЕКТА
«Школа
для родителей»



Лилия Семенова

Присоединюсь к Анне! Очень понравился семинар, осталось ощущение, что точка не поставлена и хочется послушать еще, Светлану Николаевну, о профилактике детских простуд. надеюсь на это! ! Как не поблагодарить Ольгу, солнышко при плохой погоде, уходишь с отличным настроением и с новыми знаниями в свою семейную копилочку. Спасибо, школе для родителей!!!!:)

16 апр 2016 [Ответить](#) [Поделиться](#)



Юленька Фаттахова

Спасибо большое школе родителей за организацию семинаров очень важных и полезных для родителей! На семинаре есть возможность не только узнать что то новое, но и получить ответы на интересующие вопросы! Лекторы замечательные, рассказывают все на доступном языке, что очень важно для людей не имеющих медицинского или психологического образования! Спасибо вам огромное 😊😊

10 мар 2016 [Ответить](#) [Поделиться](#)

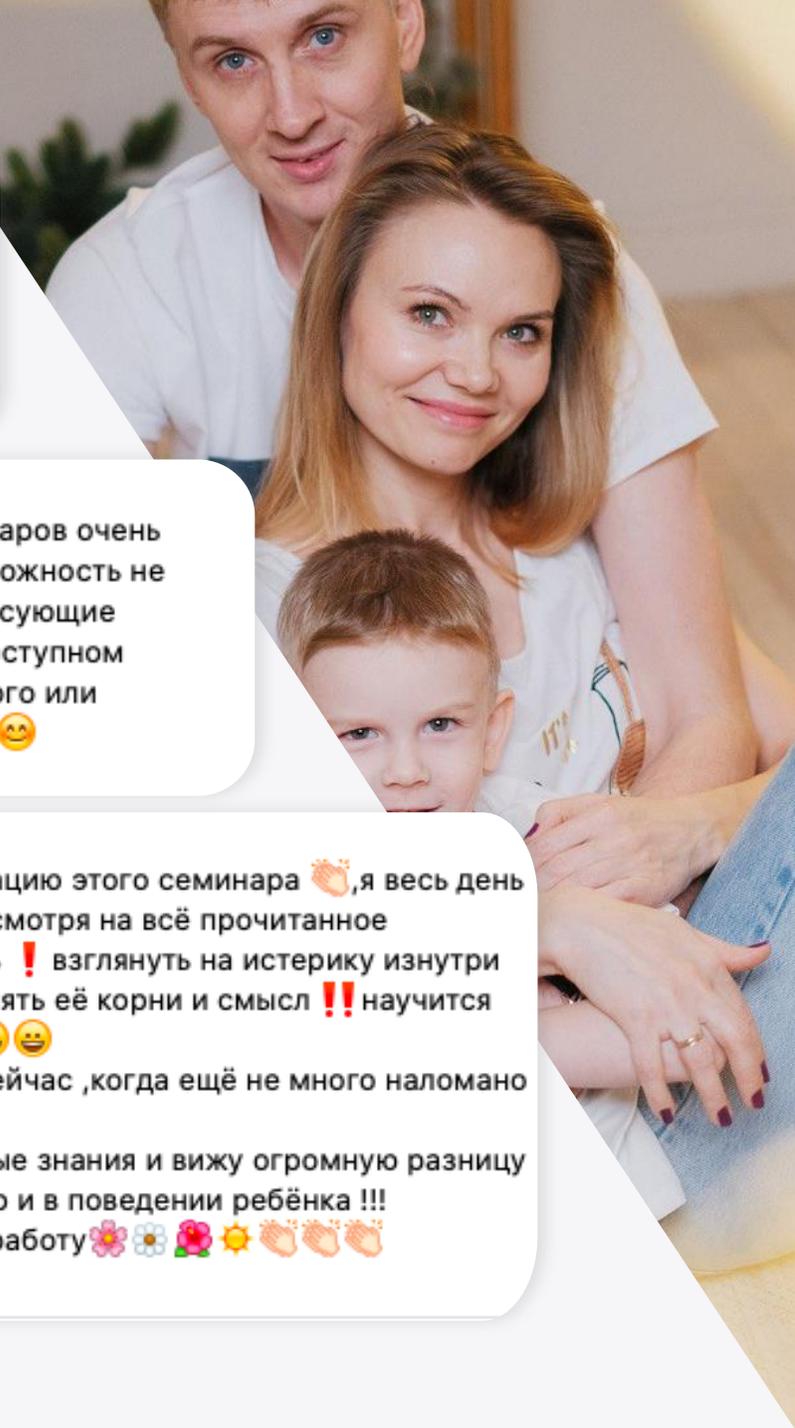


Эльмира Капранова

!! Оля ,спасибо огромное за организацию этого семинара 🙌, я весь день была под впечатлением 😊😊😊!!!! Несмотря на всё прочитанное ранее, только на тренинге мне удалось **!** взглянуть на истерику изнутри **!** прочувствовать её ОТ и ДО!!! **!** понять её корни и смысл **!!** научиться правильно на неё реагировать **!!** 😊😊😊
Как здорово ,что это открылось мне сейчас ,когда ещё не много наломано дров 🙌😊!

Сразу же начала применять полученные знания и вижу огромную разницу в своём 🌸состоянии ,а соответственно и в поведении ребёнка !!!
,Ольга и Александр ,спасибо за вашу работу 🌸🌸🌸🌸🙌🙌🙌

30 мар 2016 [Ответить](#) [Поделиться](#)



Я уверена, что у меня получится организовать проект



За годы работы проект «Школа для родителей» имеет:

- +3500** человек посетили мероприятия проекта «Школа для родителей»
- +100** проведенных семинаров, встреч, мастер-классов для родителей
- 10** региональных выставок, в т.ч. «Мир Семьи. Страна Детства», «Неделя неформального образования»
- 2** публикации в профильном издании «Здоровье детей Сибири»

Не стою на месте, постоянно обучаюсь

Сейчас я прохожу обучение в образовательном проекте "Мастерская Новых Медиа" президентской платформы "Россия - страна возможностей", что также помогает мне в развитии и продвижении проектов через интернет и социальные сети.

Мечтаю снять документальный фильм, который вдохновит родителей на изменения в своей жизни в лучшую сторону!

Мои знания помогают продвигать проекты

Более 16 лет профессионально занимаюсь маркетингом, рекламой, PR, СММ, продажами и организацией мероприятий.

Эти профессиональные навыки помогают мне развивать и продвигать мои социальные проекты и помогать большому количеству людей.



Прошу экспертов рассмотреть проект и дать ему шанс на жизнь

Я уверена, что курс повлияет
на сохранение психического
здоровья родителей
и укрепление семей



Ольга Макаревич

Основатель и руководитель
проекта «Школа для родителей»

 89246370195

 vk.com/sdr38