

ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ COVID-19

Советы для сотрудников социальных служб

по выявлению семей, находящихся в группе риска, и предоставлению помощи в воспитании детей

Благодарим вас за поддержание связи с такими семьями. Ваша поддержка очень важна для них. Созваниваясь с ними, убедитесь, что им удобно говорить.

Краткие вопросы для выявления семей, находящихся в группе риска

В подобной ситуации семьи переживают сильный стресс. Скажите, насколько вам сейчас тяжело воспитывать детей? 0 - Все в полном порядке 10 - Мы не справляемся	Высокий риск - от 5 и выше
Многие семьи в условиях самоизоляции начинают ссориться или чувствуют, что дети намеренно выводят их из себя. Имеет ли это место в вашем доме? 0 - Никогда 10 - Постоянно	Высокий риск - от 5 и выше
<i>Обратите внимание</i> – вы знаете свои семьи. Если вам известно, что они находятся в зоне риска, то опирайтесь на свои знания и инстинкты. Вы - эксперты.	Высокий риск - опирайтесь на свой опыт.

Всем семьям: Хотели бы вы получать бесплатные текстовые сообщения для социальных работников в период пандемии COVID-19?

[Если "да"] Внесите их номер в систему рассылки советов по воспитанию [начнет работу в конце мая]

Дальнейшие шаги: Рекомендуемые руководства для ваших звонков на основе фактических данных



unicef
for every child



End Violence
Against Children



Maestral



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo by any other organization is prohibited without the express written permission of the CDC or HHS.

The COVID-19 Playful Parenting Emergency Response is supported by the LEGO Foundation, the philanthropic donors to the University of Oxford's COVID-19 Research Response Fund, and the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents (Accelerate) Hub. Research on Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerate Hub, the Oak Foundation, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, the Global Alliance for Chronic Diseases under the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme, UNICEF, WHO, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPFAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and Wellspring Advisors.

CHILDHOOD
WORLD CHILDHOOD FOUNDATION
FOR EVERY CHILD



INTERNET
OF
GOOD THINGS

UNIVERSITY OF
OXFORD

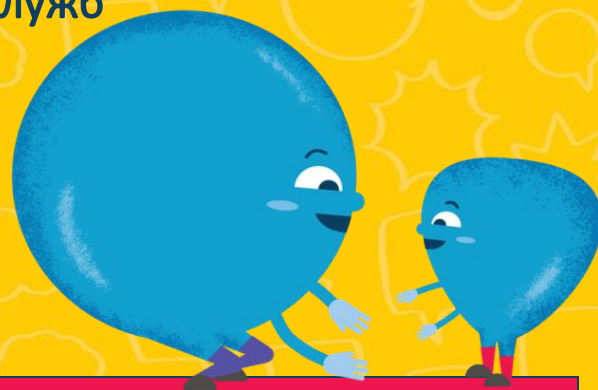
USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

UNODC
United Nations Office on Drugs and Crime

ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ COVID-19

Советы для сотрудников социальных служб

Социальным работникам: Вы достойны похвалы!
Благодарим вас за то, что не бросаете семьи в беде, даже в это непростое время. Вы – герои.



Звонок 1

Новый совет: Сделайте передышку

Передышка поможет, если вы испытываете стресс или злитесь на детей. Если вы чувствуете, что можете сорваться, отойдите от детей и сделайте пять глубоких вдохов и выдохов. [Некоторые в этот момент напевают в голове что-то позитивное]. Миллионам людей это помогает. Попробуйте сегодня и убедитесь в эффективности данного метода!

Звонок 2

Мнение о последнем совете

Получалось ли делать передышку - пять глубоких вдохов и выдохов? Помогло ли это?

[Если да] Вы молодец! Можете искренне собой гордиться!

[Если нет] Почему это было сложно сделать? Можем ли мы преодолеть эти сложности вместе?

[Подсказки: Помогите находить самостоятельные решения, поделитесь решениями других семей, разбейте действия на шаги, хвалите за попытки, поддерживайте в стремлении не сдаваться.]

Новый совет: Наедине

Если вам удастся построить с ребенком крепкие отношения, он будет вести себя лучше. Можете ли вы выделить 20 минут в день, чтобы уделить ребенку все свое внимание? Лучше, если ребенок будет решать, что вы будете делать вместе. Если времени нет, можно вместе заняться домашними делами, например, приготовлением пищи и уборкой, напевая что-нибудь! Так они будут чувствовать себя важными и любимыми.

[Что еще можно спросить: Кто-нибудь из ваших детей ведет себя особенно тихо? Иногда мы уделяем недостаточно внимания замкнутому ребенку. Проводите время наедине с ним - он может предпочитать общаться посредством рисования или игр.]

Звонок 3

Мнение о последнем совете

Вам удалось ежедневно проводить с ребенком 20 минут наедине?

[Если "да"] Отлично! Вы прекрасно справляетесь даже в это очень трудное время. Может быть стоит взять паузу, если вы чувствуете себя расстроенными или рассерженными?

[Если "нет"] Почему это было трудно? Можем ли мы преодолеть эти сложности вместе?

[Подсказки: Помогите находить самостоятельные решения, поделитесь решениями других семей, разбейте действия на шаги, хвалите за попытки, поддерживайте в стремлении не сдаваться.]

Новый совет: "Замечайте и хвалите"

Мы часто уделяем внимание нашим детям, когда они ведут себя плохо, и не делаем этого, когда все хорошо, потому что думаем: "О, теперь я могу заняться стиркой!". Но если мы сможем зачать, что они ведут себя хорошо и ХВАЛИТЬ их за это, дети захотят получать больше похвалы и внимания и чаще будут вести себя хорошо. Можете попробовать похвалить своего ребенка один раз в день в течение этой недели?



World Health Organization



for every child



WORLD WITHOUT WAR



End Violence Against Children



PARALLELS FOR LIFELONG HEALTH



Maestral



CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION



The mask "COVID" is named by the UK, Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by WHO or CDC of any particular product, service, or program.

The COVID-19 Playful Parenting Emergency Response is supported by the LEGO Foundation, the philanthropic donors to the University of Oxford's COVID-19 Research Response Fund, and the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents (Accelerate) Hub. Research on Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerate Hub, the Oak Foundation, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, the Global Alliance for Chronic Diseases under the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme, UNICEF, WHO, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPFAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and WellSpring Advisors.



CHILDHOOD FOUNDATION
POWERED BY THE BIRTH GAINS OF KNOWLEDGE



ACCELERATE HUB
ACCELERATING ACHIEVEMENT



INTERNET OF GOOD THINGS



UNIVERSITY OF OXFORD



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

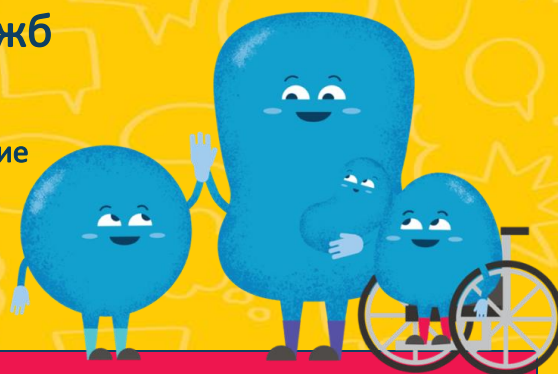


UNODC
United Nations Office on Drugs and Crime

ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ COVID-19

Советы для сотрудников социальных служб

Для социальных работников: Благодарим вас за неравнодушие и стремление поддерживать контакт с этими семьями. Мы глубоко вам признательны.



Звонок 4

Мнение о последнем совете	Смогли ли вы заметить хорошее поведение своих детей и похвалить их за это? <i>[Если "да"]</i> Отлично! <i>[Если "нет"]</i> Что вызвало трудности? Можем ли мы преодолеть эти сложности вместе? <i>[Подсказки: Помогите поразмышлять о решениях, поделитесь решениями других семей, разбейте действия на шаги, хвалите за попытки, поддерживайте в стремлении не сдаваться.]</i>
Новый совет: Позаботьтесь о себе	Как вы себя чувствуете? Заботиться и о себе тоже необходимо. Когда ваши дети уснули, есть ли что-то, чем вы можете порадовать себя? Сможете ли вы на этой неделе взять несколько пауз и уделить время себе? <i>[Подсказки: Пообщаться с кем-нибудь, попеть, выпить чашку чая.]</i>

Звонок 5

Мнение о последнем совете	Смогли ли вы сделать несколько пауз на этой неделе? Чем вы занимались? <i>[Если "да"]</i> Отлично! Вы заслужили это. Вы хвалите своих детей? <i>[Если "нет"]</i> Что вызвало трудности? Можем ли мы преодолеть эти сложности вместе? <i>[Подсказки: Помогите поразмышлять о решениях, поделитесь решениями других семей, разбейте действия на шаги, хвалите за попытки, поддерживайте в стремлении не сдаваться.]</i>
Новый совет: Говорите "вперед", а не "сто"	Старайтесь четко формулировать, что вы хотите от ребенка, а не то, что вы не хотите, чтобы он сделал (что мы очень часто делаем!). Старайтесь говорить: "Пожалуйста, наведи порядок" вместо: "Не устраивай беспорядок".

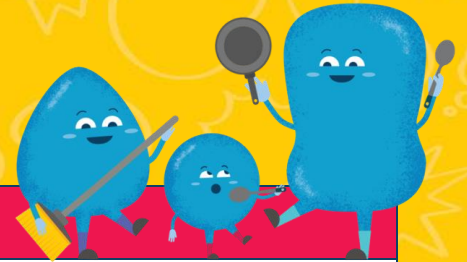
Звонок 6

Мнение о последнем совете	Вам удалось начать формулировать, что вы хотите от ребенка, вместо запретов? <i>[Если "да"]</i> Отлично! Раскажите, как это случилось! Делаете ли вы дыхательную паузу, когда расстраиваетесь или сердитесь? <i>[Если "нет"]</i> Что вызвало трудности? Можем ли мы преодолеть эти сложности вместе? <i>[Подсказки: Помогите поразмышлять о решениях, поделитесь решениями других семей, разбейте действия на шаги, хвалите за попытки, поддерживайте в стремлении не сдаваться.]</i>
Новый совет: Управление гневом	Наши дети могут действительно злить нас, но часто этот гнев связан и с нашей ситуацией. Многие родители чаще злятся, если они голодны, устали или чувствуют себя одинокими. Есть что-то, что всегда выводит вас из равновесия? Можем ли мы подумать о способах выхода из этой ситуации? <i>[Подсказки: Поговорите с кем-нибудь, если чувствуете себя одиноким, отдохните.]</i>

ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ COVID-19

Советы для сотрудников социальных служб

Для социальных работников: Благодарим вас за то, что поддерживаете связь с этими семьями. Не забывайте заботиться и о себе. Вы - звезды.



Звонок 7

<p>Мнение о последнем совете</p>	<p>Вам удалось справиться с гневом и найти эффективные решения?</p> <p><i>[Если "да"]</i> Отлично! Так держать! Вы делаете паузы, чтобы справиться со стрессом?</p> <p><i>[Если "нет"]</i> Что вызывает трудности? Можем ли мы преодолеть эти сложности вместе?</p> <p><i>[Подсказки: Помогите поразмышлять о решениях, поделитесь решениями других семей, разбейте действия на шаги, хвалите за попытки, поддерживайте в стремлении не сдаваться.]</i></p>
<p>Новый совет: Мойте руки весело</p>	<p>Какую песню вы могли бы петь вместе во время мытья рук? Если ребенок маленький, это может быть веселая детская песенка, или можно придумать слова на мотив любимой песни подростка. Можно добавить движения и повеселиться!</p>

Звонок 8

<p>Мнение о последнем совете</p>	<p>Вы пробовали петь во время мытья рук?</p> <p><i>[Если "да"]</i> Отличная работа! Вы не забываете замечать хорошее поведение своего ребенка и хвалить его? Вы сможете делать это и впредь?</p> <p><i>[Если "нет"]</i> Что вызывает трудности? Можем ли мы преодолеть эти сложности вместе?</p> <p><i>[Подсказки: Помогите поразмышлять о решениях, поделитесь решениями других семей, разбейте действия на шаги, хвалите за попытки, поддерживайте в стремлении не сдаваться.]</i></p>
<p>Новый совет: Спокойные последствия</p>	<p>Когда дети ведут себя плохо, гораздо эффективнее будет спокойно показать им последствия таких действий (например, отобрать игрушку на короткое время), чем кричать на них или бить. Попробуйте следующие шаги: 1) дайте своему ребенку возможность исправиться, прежде чем наказать его; 2) выбирайте адекватные наказания; 3) после этого дайте вашему ребенку шанс сделать что-то хорошее и похвалите его за это.</p>

Звонок 9

<p>Мнение о последнем совете</p>	<p>Смогли ли вы использовать метод спокойных последствий на этой неделе? Как все прошло?</p> <p><i>[Если "да"]</i> Вы можете гордиться собой! Как начесть дыхательных пауз, если вы расстроены или сердитесь?</p> <p><i>[Если "нет"]</i> Что вызывает трудности? Можем ли мы преодолеть эти сложности вместе?</p> <p><i>[Подсказки: Помогите поразмышлять о решениях, разбейте действия на шаги, хвалите за попытки, поддерживайте в стремлении не сдаваться.]</i></p>
<p>Итоги</p>	<p>Мы обсудили приемы, которые помогли другим опекунам с детьми. Заботиться о себе, брать паузу, ежедневно проводить время с детьми, хвалить, озвучивать желаемое поведение и использовать спокойные последствия. Хотели бы вы еще раз обсудить что-то из вышеупомянутого?</p> <p>Каждый раз, когда вы говорите что-то позитивное или воздерживаетесь от криков или ударов, вы улучшаете развитие мозга вашего ребенка. Вы заслуживаете похвалы!</p>