

ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА «ПОНЯТЬ И ПОМОЧЬ»

Проект «Понять и помочь» разработан отделом по вопросам семьи, защиты материнства и детства, отделом по работе с молодежью Брестской епархии Белорусской Православной Церкви для консультирования подростков и молодежи священнослужителями Брестской епархии и психологами на специализированном сайте help.tochurch.by в формате «вопрос-консультативный ответ».

Цель проекта: духовная и психологическая поддержка подростков и молодежи от 12 до 25 лет.

Обращаясь на сайт «Понять и помочь» с вопросом одновременно ко двум специалистам, молодежь имеет возможность в течение нескольких суток получить развернутый ответ от священника и психолога, а также, в случае необходимости, рекомендацию обратиться за очной помощью к специалисту из некоммерческой организации (психологу, психотерапевту, врачу, священнику) в своем населенном пункте (так как дистанционная помощь не заменяет очной консультации у специалистов), ссылки на книги или информацию в Интернете по волнующей тематике.

Уникальность проекта: в сети Интернет нет подобного комплексного проекта помощи для молодежи.

На сайте указана примерная тематика, по которым подросток может обратиться за помощью:

1. Отношения со сверстниками: отношения с друзьями; ссора с другом; отдаление друг от друга; отсутствие друзей; конфликт в группе сверстников; буллинг;

2. Отношения в семье: отношения с родителями; развод родителей; отношения с отчимом или мачехой; отношения в неполной семье; отношения с другими членами семьи; отсутствие родителей; приемная семья; утрата члена семьи;

3. Отношения с противоположным полом: дружба между юношей и девушкой; первая влюбленность; безответная любовь; прекращение отношений; сохранение целомудренных отношений до брака; создание семьи; интимные отношения до брака и их последствия: отсутствие взаимных обязательств, неожиданная беременность, принуждение к аборту;

4. Школа, колледж, университет: отношения с одноклассниками и одноклассниками; отношения с учителями и преподавателями; сложности в учебе; переход в новую школу, поступление в колледж, университет; выбор профессии;

5. Познание и принятие себя: изменение организма в подростковом возрасте; восприятие внешности; особенности характера; самооценка; появление новых привычек и их последствия; ограничение возможностей здоровья; мировоззрение;

6. Интернет-пространство: безопасность в сети Интернет, негативные онлайн воздействия (киберзапугивание); проведение большого количества времени в сети (веб-серфинг, виртуальное общение, игры);

7. Эмоциональные состояния: грусть, печаль, тревога, гнев, безразличие, одиночество, депрессия;

8. Православие и молодежь: Церковь и Вера; смысл жизни; жизненные ценности; православная молодежь; создание православной семьи (*примечание: на вопросы по данному пункту отвечает только священник*).

Ограничения проекта: специалисты проекта не оказывают экстренную помощь. За экстренной поддержкой в сложных жизненных ситуациях молодежи предлагается обращаться по телефонам доверия, которые указываются на сайте.

Преимущество специализированного сайта перед телефоном доверия:

На республиканском и областном уровне существуют телефоны доверия, которые работают круглосуточно. Однако, как утверждают эксперты, для современной молодежи наиболее предпочтительным вариантом обращения за помощью является не телефонный звонок, а обмен текстовыми сообщениями (в варианте проекта – электронное письмо).

Текстовые сообщения:

- максимально воспроизводят привычный для молодежи виртуальный способ общения (переписка в чатах, социальных сетях и т.д.);
- обеспечивают доступность обращения за помощью в любом месте и в любое время (нет необходимости уединяться для совершения длительного звонка);
- создают ощущение безопасности при взаимодействии с консультантом, что помогает решиться на обсуждение самых сложных проблем.

Принципы работы проекта: анонимно, конфиденциально, бесплатно.

Молодежный проект Брестской епархии

ПОНЯТЬ И ПОМОЧЬ

**Духовная и психологическая помощь
для подростков и молодежи от 12 до 25 лет. Ежедневно.**



help.tochurch.by

Независимо от того, какая у тебя возникла проблема, первый шаг для ее решения - рассказать о ней.

Обратившись с вопросом, ты получишь сразу два ответа - от психолога и православного священника.

Мы надеемся, что это поможет тебе лучше разобраться в своей жизни.



Отношения со сверстниками



Отношения с противоположным полом



Познание и принятие себя



Православие и молодежь

Отношения в семье



Школа, колледж, университет



Интернет-пространство

