



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ



БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ»

ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРАКТИКИ, ТЕХНОЛОГИИ И МЕТОДЫ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПРАВОНАРУШЕНИЙ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Практическое пособие

Выпуск 1

Сургут
Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Ресурсный центр развития социального обслуживания»
2021

УДК 364.044.26(076)+343.221.5(076)

ББК 60.997я81+67.518.8я81

Э 94

Под общей редакцией

М. Э. Беспаловой, директора бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания».

Авторы-составители:

С. А. Глушкова, методист отдела методологии бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания»;

Д. М. Кундухова, методист отдела методологии бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания».

Ав.зн. Эффективные практики, технологии и методы работы по профилактике правонарушений несовершеннолетних : практическое пособие / авторы-составители : С. А. Глушкова, Д. М. Кундухова ; под общей редакцией М. Э. Беспаловой. – Сургут : Изд-во бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания», 2021. – 128 с. – (Выпуск 1). – Текст : непосредственный.

Настоящее производственно-практическое издание объединило эффективные практики, технологии и методы работы по профилактике правонарушений несовершеннолетних учреждений социального обслуживания Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Издание предназначено для руководителей и специалистов учреждений, подведомственных Депсоцразвития Югры, специалистов негосударственных некоммерческих организаций, оказывающих социальные услуги, а также специалистов организаций и социальных предпринимателей, являющихся поставщиками социальных услуг.

УДК 364.044.26(076)+343.221.5(076)

ББК 60.997я81+67.518.8я81

© Департамент социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, 2021.

© Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания», 2021

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	6
Арефьева Л.Ю., Семенова Ю.А., Галимьянова И.А. ПРОЕКТ «РОДИТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»	7
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	7
Актуальность.....	7
Целевая группа.....	8
Направленность.....	8
Вид проекта.....	8
Цель.....	8
Задачи.....	8
Ожидаемые результаты.....	8
Формы и методы работы.....	9
СОДЕРЖАНИЕ	10
Этапы и сроки реализации.....	10
Направления деятельности.....	10
Тематический план.....	10
Механизм реализации.....	11
Ресурсное обеспечение.....	12
Контроль и управление.....	13
Критерии оценки эффективности.....	13
Полученные результаты.....	13
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	14
ПРИЛОЖЕНИЯ	16
Атаманчук О. Ю. ЦИКЛ ТРЕНИНГОВЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, СОСТОЯЩИХ НА ПРОФИЛАКТИЧЕСКОМ УЧЕТЕ, ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ ПОЛОЖЕНИИ И В ИНОЙ ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ «ПУТЬ К СЕБЕ»	63
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	63
Актуальность.....	63
Целевая группа.....	64
Направленность.....	64
Вид цикла.....	64
Цель.....	64
Задачи.....	65
Ожидаемые результаты.....	65
Формы и методы работы.....	65
СОДЕРЖАНИЕ	65
Этапы и сроки реализации.....	65
Тематический план.....	66
Ресурсное обеспечение.....	68
Критерии оценки эффективности.....	68
Полученные результаты.....	68
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	69
ПРИЛОЖЕНИЯ	70
Белоусова Н. А. ТЕХНОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, СОВЕРШИВШИХ ПРЕСТУПЛЕНИЕ ИЛИ В ОТНОШЕНИИ КОТОРЫХ СОВЕРШЕНО ПРЕСТУПЛЕНИЕ (В ТОМ ЧИСЛЕ В ПОМЕЩЕНИИ «ДРУЖЕСТВЕННОМ ДЕТЯМ»)	87
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	87
Актуальность.....	87
Целевая группа.....	88
Направленность.....	88
Вид технологии.....	88
Цель.....	88
Задачи.....	88
Ожидаемые результаты.....	88
Формы и методы работы.....	88
СОДЕРЖАНИЕ	89
Направления деятельности.....	89
Тематический план.....	89
Механизм реализации.....	90
Ресурсное обеспечение.....	91
Контроль и управление.....	92

Критерии оценки эффективности.....	92
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	92
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	93
Егорова Т. Ю., Макеева С. Н. ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ, СОСТОЯЩИХ НА СОЦИАЛЬНОМ ОБСЛУЖИВАНИИ В УЧРЕЖДЕНИИ «ОПАСНАЯ ГРАНЬ».....	99
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	99
Актуальность.....	99
Целевая группа.....	101
Направленность.....	101
Вид программы.....	101
Цель.....	101
Задачи.....	101
Ожидаемые результаты.....	101
Формы и методы работы.....	102
СОДЕРЖАНИЕ.....	102
Этапы и сроки реализации проекта.....	102
Направления деятельности.....	102
Тематический план.....	102
Ресурсное обеспечение.....	104
Контроль и управление проектом.....	104
Полученные результаты.....	104
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	105
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	105
Зарубина Н. А. ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ПРАВОНАРУШЕНИЙ СРЕДИ НЕСОВЕРШЕННО-ЛЕТНИХ «МЫ ВМЕСТЕ».....	116
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	116
Актуальность.....	116
Целевая группа.....	117
Направленность.....	117
Вид программы.....	117
Цель.....	117
Задачи.....	117
Ожидаемые результаты.....	117
Формы и методы работы.....	118
СОДЕРЖАНИЕ.....	118
Этапы и сроки реализации проекта.....	118
Направления деятельности.....	119
Тематический план.....	119
Ресурсное обеспечение.....	120
Контроль и управление проектом.....	120
Критерии оценки эффективности.....	121

СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ

БУ – бюджетное учреждение.

ИППСУ – индивидуальная программа предоставления социальных услуг.

ОВЗ – ограниченные возможности здоровья.

ПМПк – психолого-медико-педагогический консилиум.

ПСУ – получатели социальных услуг.

РФ – Российская Федерация.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Одной из главных и социально значимых задач, стоящих перед обществом, является поиск путей по снижению роста преступлений и правонарушений среди несовершеннолетних и с участием несовершеннолетних и повышенная эффективность их профилактики. Актуальность проблемы продиктована еще и тем, что в настоящее время все больше становится подростков «группы риска», которые в силу определенных обстоятельств жизни более других категорий подвержены негативным внешним воздействиям со стороны общества.

Количество подростков «группы риска» постоянно увеличивается, поэтому требуются новые методы профилактической работы с несовершеннолетними. Наиболее частой причиной правонарушений несовершеннолетних являются недостатки в нравственном воспитании. Вовремя замеченные отклонения в поведении несовершеннолетних и правильно организованная психолого-педагогическая помощь могут сыграть важную роль в предотвращении ситуаций, которые могут привести к правонарушениям и преступлениям несовершеннолетних и с их участием.

Сократить количество подростков «группы риска» и предупредить правонарушения несовершеннолетних можно, если к профилактической работе привлечь семью, ближайшее окружение, сторонние организации.

Профилактика правонарушений несовершеннолетних является первоначальной задачей семьи и организаций, работающих с семьей и несовершеннолетними детьми. Возрастные особенности несовершеннолетних требуют грамотного подхода.

В Ханты-Мансийском автономном округе – Югре ведется большая разносторонняя работа по профилактике правонарушений несовершеннолетних. Разработаны нормативные правовые акты, направленные на содействие обеспечению равных возможностей для всех членов общества; на достойную, безопасную, творческую жизнь; оказание содействия гражданам в преодолении трудных жизненных ситуаций; на прогнозирование и профилактику трудных жизненных ситуаций и др. Создаются отраслевые планы мероприятий по совершенствованию системы правонарушений в отношении несовершеннолетних. Так, в учреждениях социального обслуживания Ханты-Мансийского автономного округа – Югры накоплен значительный опыт работы по профилактике правонарушений несовершеннолетних.

Эффективные практики, технологии и методы работы по профилактике правонарушений несовершеннолетних учреждений социального обслуживания Ханты-Мансийского автономного округа – Югры представлены в настоящем издании, предназначенном для специалистов организаций социального обслуживания, государственного и негосударственного сектора и других заинтересованных лиц.

ПРОЕКТ «РОДИТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Авторы-составители:

Лариса Юрьевна Арефьева, заведующий отделением психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»;

Юлия Александровна Семенова, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»;

Ирина Александровна Галимьянова, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям».

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Воспитание ребенка, лишённого родительской заботы, пережившего негативный социальный опыт, является сложным, длительным процессом, который требует качественной подготовки на стадии образования замещающей семьи и социальной поддержки в процессе ее становления и адаптации.

Исследование детско-родительских отношений в семьях, проходящих период адаптации к новым условиям, выявило ряд трудностей – несоответствие родительских ожиданий в связи с принятием ребенка, отсутствие знаний у замещающих родителей об особенностях приемного ребенка, непринятие ребенком семейных правил, традиций в новой семье, сложные отношения между родными и приемными детьми. Все это приводит к внутрисемейным конфликтам.

В опекунских семьях, где родственники устанавливают опеку над детьми, существует также ряд специфических проблем, которые затрудняют социальную адаптацию детей. Среди них – преклонный возраст опекунов, зачастую их социально-педагогическая и психологическая неграмотность, плохое психофизическое состояние, что порождает тревожность и пессимизм, неуверенность в себе замещающего родителя и, как следствие, выбор неправильного стиля воспитания несовершеннолетнего (потворствующая гиперпротекция и гиперопека).

В настоящее время активно развивается институт профессиональной замещающей семьи. Люди, принимающие детей-сирот на воспитание в семьи, становятся профессиональными родителями-воспитателями. Перед приемными родителями стоит непростая ситуация – формировать и развивать профессиональную компетентность в работе с детьми, оставшимися без попечения родителей. Непростая судьба определила особенности развития этих детей, присущие им нарушения в развитии являются следствием депривации. При отсутствии благоприятных условий проживания и специальной работы по реабилитации они переходят в разряд стойких нарушений – личностных, социальных и впоследствии профессиональных. Поэтому ребенку необходима не просто семья, а семья, обладающая определенными ресурсами для его интеграции, обученная профессиональным базовым навыкам, позволяющим ей справиться с проблемами, возникающими во время адаптации ребенка в новой семье.

Перед замещающими родителями стоит непростая задача – выстроить гармоничные отношения между всеми членами семьи, сформировать эмоциональную привязанность между ними и подопечными. Поэтому так важно обучение замещающих родителей приемам организации игровой, учебной деятельности детей, расширение их представлений о воспитании как системе, ознакомление с закономерностями психического развития детей, повышение их социальной активности в решении проблем адаптации детей.

Замещающие родители нуждаются в квалифицированной помощи психологов, специалистов по социальной работе и социальных педагогов, особенно в период становления новой семьи (адаптационный период).

В связи с этим был разработан проект «Родительский университет». Концептуальной основой проекта являются идеи сотрудничества взрослого с ребенком и расширение представлений у замещающих родителей о воспитании как системе. Немаловажным является и то, что замещающий родитель может обменяться мнением, услышать об опыте других в решении подобных проблем.

Целевая группа:

- приемные родители, приемные дети;
- опекуны и попечители, опекаемые и подопечные;
- члены замещающих семей.

Направленность

Проект по социально-педагогической программе. Психолого-педагогическое просвещение замещающих родителей по вопросам воспитания детей.

Вид проекта

Проект социальной адаптации.

Цель: повышение психолого-педагогической компетентности замещающих родителей.

Задачи:

1. Развить способности к моделированию жизнедеятельности семейных отношений.
2. Расширить информационное поле у опекунов (попечителей), приемных родителей по вопросам воспитания детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.
3. Повысить стрессоустойчивость у замещающих родителей.
4. Стабилизировать детско-родительские отношения в замещающих семьях.
5. Совершенствовать межведомственное взаимодействие и привлечением социальных партнеров к решению проблем замещающих семей.

Таблица 1

Ожидаемые результаты

Задачи	Ожидаемые результаты	
	Количественные	Качественные
1	2	3
1. Развить способности к моделированию жизнедеятельности семейных отношений. 2. Расширить информационное поле у опекунов (попечителей), приемных родителей по вопросам воспитания детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. 3. Повысить стрессоустойчивость у замещающих родителей	- фактическая посещаемость участниками тренинговых занятий (до 90 %) от заявленных (350 человек); - снижение риска возникновения психотравмирующих ситуаций у несовершеннолетних, после проведения мероприятий (до 80 %)	- повышение уровня знаний замещающих родителей о психологических особенностях, особенностях процесса адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в новых условиях; - установление благоприятного нравственно психологического климата в замещающей семье; - создание условий для формирования дружеских отношений между кровными и приемными детьми; - активизация внутренних ресурсов и повышение стрессоустойчивости у замещающих родителей

4. Стабилизировать детско-родительские отношения в замещающих семьях.	<ul style="list-style-type: none"> - выполнение мероприятий индивидуальных программ предоставления социальных услуг, в том числе 80 % с положительной динамикой от количества завершенных; - положительная динамика показателей социально-психологического здоровья у 70 % несовершеннолетних подопечных 	<ul style="list-style-type: none"> - повышение мотивации замещающих родителей на активное участие в разрешении трудных ситуаций, возникающих в ходе воспитания подопечных; - создание условий для формирования и развития отношений партнерства и сотрудничества замещающих родителей с приемными детьми; - стабилизация психологического микроклимата в замещающих семьях
5. Совершенствовать межведомственное взаимодействие и привлечением социальных партнеров к решению проблем замещающих семей.	<ul style="list-style-type: none"> - проведение рабочих встреч со специалистами управления по опеке и попечительству Администрации г. Сургута (1 раз в месяц); - проведение рабочих встреч с представителями органов системы профилактики (1 раз в квартал); - сверка списков участников мероприятий (ежемесячно) 	<ul style="list-style-type: none"> - повышение качества предоставляемых услуг, расширение круга социального партнерства; - совместное участие с представителями органов системы профилактики в распространении положительного опыта проекта

Формы и методы работы

Формы работы:

- организационные: подготовка к реализации проекта, набор групп участников, информационное обеспечение;
- исследовательские: проведение диагностики замещающих семей (входные данные, выходные данные), анкетирование замещающих родителей;
- практические: проведение практических и тренинговых занятий, индивидуальных консультаций;
- аналитические: анализ проведенных групповых занятий, индивидуальных консультаций, подведение итогов работы, анализ полученных результатов.

Методы работы:

- психологическая диагностика (интервьюирование, тестирование, анкетирование)
- социально-психологическое консультирование
- практические и тренинговые занятия

Приемы работы:

- активное слушание;
- игровая терапия;
- арт-терапия;
- дискуссии;
- визуализация;
- индивидуальная и групповая рефлексия;
- беседа (индивидуальная форма работы, метод сбора первичных данных на основе вербальной коммуникации);
- мозговой штурм (групповые формы работы, поиск альтернативных, инновационных путей решения проблем);

– консультирование (индивидуальное, семейное, помощь в решении проблем, в осознании и изменении малоэффективных моделей поведения, для разрешения возникающих проблем, достижения поставленных целей).

СОДЕРЖАНИЕ

Мероприятия проекта «Родительский университет» рассчитаны на календарный год.

Тренинговые занятия для замещающих родителей предполагают количество участников от 5 до 12.

Практические занятия для замещающих родителей предполагают количество участников от 5 до 20.

Этапы и сроки реализации

1 этап – организационный: 1 месяц;

2 этап – основной: 10 месяцев;

3 этап – итоговый: 1 месяц.

Направления деятельности

1. Профилактическое направление: информационно-просветительская работа с замещающими родителями и несовершеннолетними членами семей (тренинговые и практические занятия).

2. Реабилитационно-адаптационное направление: разработка и реализация индивидуальных программ предоставления социальных услуг (психологическая поддержка, психологическая и педагогическая коррекция, социальный патронаж целевой группы).

Таблица 2

Тематический план

№ п/п	Направления деятельности	Формы, методы работы	Сроки	Исполнители
Организационный этап				
1.	1. Разработка практических и тренинговых занятий в соответствии с запросами субъектов профилактики. 2. Оперативный обмен информацией по замещающим семьям с социальными партнерами. 3. Разработка и изготовление раздаточного материала: буклетов, памяток для замещающих родителей согласно тематике занятий. 4. Анкетирование участников проекта	1. Запросы в организации и ведомства (устные, письменные). 2. Мотивация замещающих семей на сотрудничество. 3. Назначение ответственных за работу в проекте	1 месяц	Заведующий отделением, специалисты отделения
Основной этап				
2.	Проведение реабилитационных мероприятий	Реализация мероприятий проекта: Тренинги: 1. «Тропинка родительской любви» (Приложение 1). 2. «Мудрость семейных отношений» (Приложение 2). Практические занятия: 1. «Эмоциональное выгорание приемных родителей» (Приложение 3). 2. «Основы гармоничных детско-родительских отношений» (Приложение 4). 3. «Особенности подросткового возраста» (Приложение 5). 4. «Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних» (Приложение 6).	10 месяцев Ежемесячно 2 группы (10–15 человек) 2 раза в год (март, октябрь) 1 раз в месяц	Заведующий отделением, специалисты отделения

		5. «Мама, папа, я» (техники конструктивного общения с детьми) (Приложение 7). 6. Проведение праздничного мероприятия «Семья», в рамках празднования Всероссийского дня семьи	май	
3.	Межведомственное взаимодействие	1. Рабочие встречи с социальными партнерами. 2. Оперативный обмен информацией с социальными партнерами	Ежемесячно	Заведующий отделением, специалисты отделения
Итоговый этап				
4.	Подведение итогов. Анализ проведенной работы	1. Оценка результативности проведенной работы (во взаимодействии с социальными партнерами). 2. Подведение итогов анкетирования. 3. Анализ мероприятий, проведенных в рамках проекта «Родительский университет». 4. Разработка предложений и актуальных тем, форм работы с замещающими родителями. 5. Освещение реализации проекта в СМИ и на официальном сайте учреждения	1 месяц	Заведующий отделением, специалисты отделения

Механизм реализации:

1. Направление в управление по опеке и попечительству Администрации г. Сургута плана мероприятий, проводимых в рамках проекта «Родительский университет» (ежеквартально).
2. Информационный обмен об участниках проекта с управлением по опеке и попечительству Администрации г. Сургута.
3. Проведение анкетирования участников мероприятий проекта.
4. Мотивация (индивидуальное консультирование) замещающих семей на сотрудничество.
5. Оформление пакета документов для признания несовершеннолетнего, его замещающей семьи нуждающимися в социальном обслуживании.
6. Направление пакета документов на Комиссию по признанию граждан нуждающимися в социальном обслуживании.
7. Заключение трехстороннего договора между учреждением, управлением по опеке и попечительству Администрации г. Сургута и законным представителем несовершеннолетнего на предоставление социальных услуг.
8. Реализация индивидуальной программы предоставления социальных услуг во взаимодействии с социальными партнерами (социальное сопровождение).
9. Анализ реализации индивидуальной программы предоставления социальных услуг, оценка результативности проведенной работы. Принятие решения о дальнейшей работе с семьей: корректировка индивидуальной программы предоставления социальных услуг; пролонгирование индивидуальной программы предоставления социальных услуг.
10. Завершение индивидуальной программы предоставления социальных услуг:
 - предоставление рекомендаций замещающим родителям (законным представителям) по созданию благоприятных условий для несовершеннолетнего, по формированию адекватной самооценки, положительного образа «Я», восстановлению нарушенных связей и навыков общения со сверстниками и т. д.);

- направление рекомендаций по взаимодействию с несовершеннолетними, результатов работы с замещающей семьей в управление по опеке и попечительству Администрации г. Сургута, органы полиции (при необходимости).

Ресурсное обеспечение

Финансовые ресурсы.

Проект реализуется в рамках основной деятельности, дополнительное финансирование не осуществляется.

Таблица 3

Кадровые ресурсы

Должность	Количество штатных единиц	Функции
Заместитель директора	1	- осуществляет координацию и контроль реализации мероприятий проекта
Заведующий отделением	1	- организует межведомственное взаимодействие с представителями органов системы профилактики, социальными партнерами; - организует процесс реабилитации и адаптации несовершеннолетних и их семей; - осуществляет контроль реализации мероприятий проекта
Методист	1	- подбирает и систематизирует методическую литературу по тематике проекта; - осуществляет методическое сопровождение мероприятий
Психолог	7	- проводит индивидуальные и групповые занятия с клиентами целевой группы; - оказывает психологическую помощь и поддержку; - проводит психологическое консультирование, диагностику на входе и выходе с целью исследования детско-родительских взаимоотношений, психофизиологических и эмоциональных особенностей личности; - осуществляет социально-психологическую коррекцию
Специалист по социальной работе	5	- формирует пакет документов для признания несовершеннолетнего и его семьи нуждающимися в социальном обслуживании; - реализует индивидуальную программу предоставления социальных услуг
Главный специалист по опеке и попечительству Администрации г. Сургута	1	- предоставляет список участников мероприятий; - проводит профилактические мероприятия с несовершеннолетними целевой группы и их замещающими родителями; - участвует в работе межведомственной команды представителей органов системы профилактики

Материально-технические ресурсы:

- 7 кабинетов для приема клиентов;
- 1 кабинет компьютерной диагностики;
- тренинговый зал, актовый зал;
- программное обеспечение «ППО АСОИ», «АИС БДСД»;
- автомобиль для выездов в семьи клиентов (1 единица – «Экстренная детская помощь»);
- персональные компьютеры – 7 ед.;
- локальная сеть;
- принтеры – 4 ед.;
- ксерокс – 1 ед.;
- техническое оборудование (аудио-видео, проекторы, флипчарты);
- канцелярские товары (бумага, карандаши, фломастеры, мелки, ручки, ватманы и др.).

Информационные ресурсы:

- интернет-ресурсы:

БУ «Методический центр развития социального обслуживания» (<http://methodcentr.ru/>);

профессиональное сообщество «Социальная защита Югры» (<http://socioprofi.com/>);

БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» (<http://zazerkalie86.su>);
 ВКонтакте <https://vk.com/socuslugi.ugra>, Перспективное детство Югры (<http://pdugra.ru/>);
 Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации (<http://fond-detyam.ru/>);
 – информация Управления по опеке и попечительству Администрации города Сургута (<http://admsurgut.ru/rubric/816/Опека-i-popechitelstvo>);

– официальный сайт для размещения информации о государственных (муниципальных) учреждениях (<https://bus.gov.ru/pub/home>),

– социальный путеводитель Югры.

Методические ресурсы:

- подбор и систематизация методической литературы по данной тематике;
- разработка тренингов (Приложение 1, 2) практических занятий (Приложения 3, 4, 5, 6, 7);
- разработка методических рекомендаций, памяток, буклетов;
- разработка плана реализации технологии, корректировка;
- разработка анкет: «Детско-родительские отношения» (Приложение 8),
- проведение методических, технических учеб для специалистов.

Инфраструктурные ресурсы.

Используется инфраструктура учреждения, в том числе, транспортная инфраструктура.

Контроль и управление проектом

Контроль хода реализации проекта осуществляется заместителем директора. Определяются следующие виды контроля:

Текущий (аудит личных дел клиентов, аудит документации специалистов):

1. Анализ и оценка работы специалистов отделения на основе Системы менеджмента качества. Выявление имеющихся резервов и возможностей эффективного использования ресурсного потенциала.
2. Выработка корректирующих действий, направленных на устранение недостатков, выявленных в процессе работы.

Таблица 4

Критерии оценки эффективности

Критерий	Ожидаемый показатель, %
Фактическая посещаемость участниками тренинговых занятий от заявленных	90
Снижение риска возникновения психотравмирующих ситуаций у несовершеннолетних, после проведения мероприятий	80
Положительная динамика показателей социально-психологического здоровья у несовершеннолетних подопечных	70

Полученные результаты

Мероприятия проекта рассчитаны на целый год, проводятся ежемесячно.

Одной из эффективных форм работы с родителями являются обучающие тренинги «Тропинка родительской любви» и «Мудрость семейных отношений».

Практические занятия, на которых затрагиваются актуальные темы такие как: «Основы гармоничных детско-родительских отношений», «Особенности подросткового возраста», «Профилактика суицидального поведения несовершеннолетних», «Эмоциональное выгорание приемных родителей», а также индивидуальные и групповые консультации, диагностическая и коррекционная работа направлена на оказание социально-психолого-педагогической помощи и успешную адаптацию, и социализацию подопечных детей.

Традиционно с 2010 г. 15 мая для замещающих семей проводится мероприятие «Семья», посвященное Всероссийскому дню семьи. Участие в данных мероприятиях способствует формированию семейных традиций, повышению социальной активности родителей и детей.

С 2009 г. более 1865 семей и 634 несовершеннолетних приняли участие в мероприятиях проекта «Родительский университет». Из проведенного анализа и анкет родителей 98 % повысили психолого-педагогическую компетентность, оказана индивидуально-ориентированная психологическая, педагогическая, и социально-правовая помощь 81 % замещающему родителю. Положительные изменения в замещающих семьях после социально-психологической работы отмечается у 74 %.

Работа специалистов в рамках проекта «Родительский университет» оценена участниками мероприятий (опекунами, попечителями, приемными родителями) положительными отзывами.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бондаревская, Е. В. Ценностные основания личностно-ориентированного воспитания / Е. В. Бондаревская. – Москва : Педагогика, 2001. – Б. с. – Текст : непосредственный.
2. Васильев, А. Нужны ли нам детские дома? / А. Васильев. – Текст : непосредственный // Социальная педагогика. – 2007. – № 3. – С. 95–102.
3. Вершинин, В. «Раздача» сирот, приемная семья: на что надеемся, господа? [Текст] / В. Вершинин. – Текст : непосредственный // Социальная педагогика. – 2008. – № 1. – С. 89–100.
4. Возрастные стандарты социализации детей-сирот. / под ред. Е. М. Рыбинского. – Москва : б. и., 1999. – Б. с. – Текст : непосредственный.
5. Воспитание и развитие детей в детском доме : хрестоматия / под ред. Н. П. Иванова. – Москва : АПО, 1996. – Б. с. – Текст : непосредственный.
6. Гневашева, Л. А., Мусатова И. Б. Программа системного мониторинга состояния качества условий пребывания и развития детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в учреждениях временного и постоянного проживания и в семьях граждан. – Ханты-Мансийск : Полиграфист, 2008. – Б. с. – Текст : непосредственный.
7. Гольдштейн, А. П. Развитие навыков подростка / А. П. Гольдштейн. – М.: Б. и., 1999. – Б. с. – Текст : непосредственный.
8. Гринберг, С. Н. Приемная семья: психологическое сопровождение и тренинги / С. Н. Гринберг, Е. В. Савельева, Н. В. Вараева, М. Ю. Лобанова. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – Б. с. – Текст : непосредственный.
9. Захарова, Ж. Детский дом: быть или не быть / Ж. Захарова. – Текст : непосредственный // Социальная педагогика. – 2008. – № 1. – С. 101–105.
10. Иванова, Н. П. Воспитание и развитие детей в детском доме : хрестоматия / Н. П. Иванова. – Москва : Б. и., 1998. – Б. с. – Текст : непосредственный.
11. Караковский, В. А. Новикова, Л. И., Селиванова, Н. Л. Воспитание? Воспитание... Воспитание! / В. А. Караковский, Л. И. Новикова, Н. Л. Селиванова, Н. Л. – Москва : Б. и., 2000. – Б. с. – Текст : непосредственный.
12. Красницкая, Г. С. Усыновление: вопросы и ответы / Г. С. Красницкая. – Москва : Б. и., 1987. – Б. с. – Текст : непосредственный.
13. Красницкая, Г. С. Вы решили усыновить ребенка / Г. С. Красницкая, А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых, О. А. Кабышев, А. Шатов. – Москва : Дрофа, 2001. – Б. с. – Текст : непосредственный.
14. Кибирев, А. А. Организационно-педагогическая модель успешной социализации воспитанников учреждений интернатного типа. Теоретические аспекты и педагогические технологии : учебно-методическое пособие / А. А. Кибирев. – Хабаровск : Б. и., 2005. – Б. с. – Текст : непосредственный.

15. Методические рекомендации по подготовке и сопровождению замещающих семей / под ред. Л. В. Смыкало. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургская общественная организация «Врачи детям», 2010. – 202 с. – Текст : непосредственный.
16. Ослон, В. Н. Жизнеустройство детей-сирот. Профессиональная замещающая семья / В. Н. Ослон. – Москва : Б. и., 2006. – Б. с. – Текст : непосредственный.
17. Ослон, В. Н. Психологическое сопровождение семьи с приемным ребенком: концепция, инновационные технологии / В. Н. Ослон. – Текст : электронный // Психологическая наука и образование. – 2010. – № 5. – URL : // http://psyjournals.ru/files/33832/psyedu_ru_2010_5_Oslon.pdf (дата обращения: 07.12.2021).
18. Ослон, В. Н. Замещающая профессиональная семья как одна из моделей решения проблемы сиротства в России [Текст] / В. Н. Ослон, А. Б. Холмогорова. – Текст : непосредственный // Вопросы психологии. – 2001. – № 3. – с. 79–90.
19. Ослон, В. Н. Ребенок в неродной семье: психологические проблемы усыновителей / В. Н. Ослон. – Текст : непосредственный // Защити меня! – 2008. – № 1. – С. 38–39.
20. Психогимнастика в тренинге / под ред. Н. Ю. Хрящевой. – Санкт-Петербург : Речь, 2000. – Б. с. – Текст : непосредственный.
21. Прихожан, А. М., Толстых, Н. Н. Дети без семьи / А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых. – Москва : Педагогика, 1990. – Б. с. – Текст : непосредственный.
22. Прихожан, А. М., Толстых, Н. Н. Психология сиротства / А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. – Б. с. – Текст : непосредственный.
23. Прихожан, А. М., Толстых, Н. Н. Работа психолога в учреждениях интернатного типа для детей, оставшихся без попечения родителей. – Текст : непосредственный // Рабочая книга школьного психолога. – Москва : Просвещение, 1991. – Б. с. – Текст : непосредственный.
24. Семаго, Н. Я., Семаго, М. М. Проблемные дети. Основы диагностической и коррекционной работы психолога / Н. Я. Семаго, М. М. Семаго. – Москва : АРКТИ, 2003. – Б. с. – Текст : непосредственный.
25. Степанов, Н. С. Комплекс психологических методик диагностики социального развития ребенка и внутрисемейных отношений в замещающей семье / Н. С. Степанов. – Томск : Б. и., 2008. – Б. с. – Текст : непосредственный.
26. Травникова, Н. Г. Психологическая адаптация выпускников детского дома / Н. Г. Травникова. – Санкт-Петербург : Б. и., 1999. – Б. с. – Текст : непосредственный.
27. Терновская, М. Ф. Книга 4. Процесс работы служб по устройству детей на воспитание в семью : пособие и тренинг подготовки семей / М. Ф. Терновская. – Москва : Б. и., 2008. – Б. с. – Текст : непосредственный.
28. Хрусталькова, Н. А. Воспитание детей в профессионально-замещающих семьях / Н. А. Хрусталькова. – Текст : непосредственный // Высшее образование сегодня. – 2006. – № 11. – С. 34–36.
29. Шипицина, Л. М., Казакова Е. И. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей-сирот: социально-эмоциональные проблемы / Л. М. Шипицина, Е. С. Иванова. – Санкт-Петербург : Б. и., 2000. – Б. с. – Текст : непосредственный.
30. Шипицина, Л. М., Иванова Е. С. Развитие личности ребенка в условиях материнской депривации / Л. М. Шипицина, Е. С. Иванова. – Санкт-Петербург: ЛОГУ, 1997. – Б. с. – Текст : непосредственный.
31. Ярулов, А. Коррекция негативной психической напряженности детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях детского дома / А. Ярулов. – Текст : непосредственный //

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ТРЕНИНГ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ТРОПИНКА К РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ»

Актуальность данной темы заключается в том, что процесс передачи детей-сирот в приемные семьи при психолого-педагогической неподготовленности родителей, их социальной незрелости, несформированности общественного мнения, при отсутствии специалистов ведет к росту числа отказов от приемных детей и возврату их в детские дома, передача в другую семью. Возрастает количество фактов семейного насилия над такими детьми, остаются нерешенными вопросы взаимоотношений замещающих родителей и детей после достижения последними совершеннолетия.

Занятия направлены на гармонизацию межличностного детско-родительского общения в замещающих семьях. «Общение на протяжении всей жизнедеятельности человека является одним из ведущих факторов его развития», – писал Б. Г. Ананьев. В общении идет развитие эмоциональной сферы человека, формирование его чувств: ощущений, переживаний. Общение влияет и на волевое развитие человека. На занятиях используются игры. Установлено, что игра способствует снятию стресса, преодолению страха, развитию кругозора, укреплению здоровья, формированию доверия. Играть следует с ребенком любого возраста. Совместная игра помогает излечить приемного ребенка от различных травм и страданий, а также поможет избавиться от состояния острого одиночества и печали. Родители получают возможность освоить самый эффективный и самый доступный способ взаимодействия с ребенком, и как результат – эффективное родительство.

Цель: повышение родительской компетентности замещающих родителей.

Задачи:

- формирование представления уникальности каждого человека, развитие умения понимать и принимать собственные сходства и различия с новыми членами семьи.
- обучение новым позитивным моделям поведения: сократить поведенческие проблемы детей и восстановить процесс социализации через позитивное общение с ребенком, постоянную заботу о нем, предоставление возможности переживать его эмоциональное состояние.
- выработка навыков рефлексии, осмысления собственных действий;
- развитие эмпатии, способности установления близких доверительных отношений; умения сотрудничать и кооперироваться с членами семьи.

Целевая группа: замещающие родители (опекуны, попечители, приемные родители).

Форма проведения: социально-психологический тренинг.

Продолжительность: 2 занятия по 3 часа.

Приемы и методы, используемые в групповой работе:

- психогимнастические упражнения;
- саморегуляции;
- медитации, работа с воображением;
- минилекции по специальным вопросам;
- ролевая игра;
- дискуссия;
- индивидуальная и групповая рефлексия;
- арттерапевтические техники;
- визуализация.

Содержание занятий

1. Занятие «Моя семья» (3 часа).
2. Занятие «Учимся понимать друг друга» (3 часа).

Структура занятия

Приветствие, начало работы (15 мин.).

Задачи:

1. Вхождение в пространство занятия.
2. Обозначение начала занятия.
3. Рефлексия состояния участников, оценка работоспособности (с чем они пришли на группу, как сейчас себя ощущают, хотят ли поделиться своими переживаниями).

Разминка (10 мин.).

Задачи:

1. Включение в совместную деятельность.
2. Объединение, сплочение группы.
3. Создание доброжелательной атмосферы.
4. Стабилизация и повышение энергетического потенциала организма, снижение внутреннего напряжения, развитие спонтанности поведения.

Основная часть (60 мин.).

Задачи: соответствуют теме занятия.

Завершение занятия (20 мин.).

Задачи:

1. Стабилизация эмоционального состояния.
2. Выработка и закрепление навыков саморегуляции.
3. Осознание полученного опыта.

Прощание. Рефлексия.

Задачи: Обозначить конец занятия.

Оборудование

Листы ватмана, фломастеры, карандаши, пластилин для лепки, столы, стулья.

Ожидаемые результаты

Родители смогут поделиться своим опытом и приобрести опыт других родителей. Проигрывание жизненной ситуации и даже на время поменяться ролями, стать «ребенком», что дает лучший результат для понимания желаний и возможностей наших детей. Групповая форма работы дают уникальную возможность снять ощущение единственности, уникальности собственных трудностей, позволяющих получить обратную связь и взглянуть на свой родительский опыт с иной точки зрения. Таким образом, у замещающих родителей, произойдет сформированность воспитательных компетенций, родительских навыков сокращение случаев возврата детей из замещающих семей. Предотвращение рисков на этапах становления и развития замещающей семьи, случаев жестокого обращения с детьми в замещающих семьях.

Занятие 1. Моя семья

Цель: исследование семейных взаимоотношений, структуры семьи, ценностей, стилей воспитания.

Вступление ведущего

Приветствие. Знакомство. Выбор имени

В начале нашей работы каждый из вас оформит визитку, где должно быть указано тренинговое имя. Вы вправе взять себе любое имя. Предоставляется полная свобода выбора. Ваше тренинговое имя должно быть написано разборчиво и достаточно крупно. Следует сказать о себе так, чтобы все участники сразу вас запомнили. Для этого мы садимся рядом, образуя большой круг.

Ритуал приветствия «Снежный ком» – начинается упражнение с того, что все участники становятся в круг, ведущий называет свое имя и показывает движение. Остальные участники повторяют его имя и движение. Заканчивается игра, когда все участники представятся.

Обсуждение правил работы в группе.

Цель: установить правила во время проведения занятий тренинга.

Так как мы в течение этого курса собираемся работать вместе, нам необходимо выработать некоторые основные правила работы в группе, или «групповое соглашение», чтобы направлять нашу совместную работу.

Эти правила должны затрагивать следующие вопросы:

- вовремя начинать и заканчивать;
- конфиденциальность;
- обратная связь с группой;
- общая ответственность за проблемы и успехи в учебе и др.

Сбор ожиданий (20 мин.).

- Зачем вы здесь? Что хотели бы получить от занятий?
- С чем ассоциируется ваше настроение сейчас?

Упражнение «Поиск общего».

Все участники сидят в общем круге. Ведущий предлагает поменяться местами тем (по определенному признаку).

Основная часть

1. Дискуссия на тему «Что такое «трудное поведение детей и подростков?»».

Цель: формирование понятия «трудное поведение».

Рекомендуемые вопросы для дискуссии:

- Что такое «трудное поведение» детей?

Комментарии для ведущего: чаще всего в список попадают следующие примеры «трудного» поведения: воровство, ложь, непослушание и негативизм, истерики, гиперактивное поведение, агрессия, отказ ходить в школу, «липнувшее» поведение, вспышки раздражения и гнева, использование нецензурных выражений, уходы из дома, манипулирование и пр.

Следует различать формы «трудного» поведения от девиантного и делинквентного поведения. Девиантное поведение – это поведение людей, не соответствующее общепринятым ценностям и нормам. Например, алкоголизм, суицид, проституция, наркомания. Делинквентное поведение – противоправное, антиобщественное поведение индивида, которое несет за собой административную либо уголовную ответственность.

Вывод: «трудное» поведение ребенка – не значит плохое. Трудным оно является для родителей. Взрослым нелегко принять подобное поведение и изменить его, и это может служить источником постоянных детско-родительских конфликтов. Ребенок, приходя в замещающую семью, часто бывает очень раним, не уверен в себе и не чувствует себя защищенным. Поведение ребенка, испытывавшего насилие со стороны родителей и отвержение общества, порой бывает манипулятивным, подчеркнуто холодным или агрессивным. Для того чтобы строить новые отношения с ребенком, недостаточно одного желания любить его и заботиться о нем. Родители должны уметь справляться с трудностями его поведения, владеть методами воспитания, благодаря которым, в итоге, дети станут о себе лучше думать и у них появится чувство защищенности и уверенности.

Причины «трудного поведения» детей в замещающих семьях? (переживание ребенком горя в связи с утратой родителей, адаптация семьи к новым условиям, последствия депривации и насилия, возрастные особенности, индивидуальные особенности детей, неверно выбранный стиль воспитания, нарушение правил семьи, негативные родительские установки).

2. «Моя семья» (10 мин.).

Цель: способствовать осознанию структуры семьи, семейных ролей и их распределение; семейные ценности.

Инструкция: нарисуйте рисунок под названием «Моя семья в настоящее время». Напишите свое семейное кредо и три главные ценности вашей семьи.

Выставка работ.

Обсуждение в группе (30 мин.).

- Что чувствуете, когда смотрите на рисунки (по кругу);
- Какая мысль возникла при просмотре рисунков (по кругу);
- Назовите семейное кредо и ценности вашей семьи.

Ведущие дают краткую интерпретацию «Рисунка семьи» (цветовой гаммы, расстояния между персонажами, наличие коалиций).

3. Упражнение: направленная фантазия «Встреча с приемным ребенком».

Инструкция: сядьте удобно, расслабьтесь, можете закрыть глаза.

Представь себя ребенком. Тебе примерно 5 лет. У тебя есть свой дом. В доме есть любимая кровать. В доме есть твое любимое место. У тебя есть любимые игрушки. Ты себя чувствуешь безопасно. Вдруг раздается звонок. Пришли незнакомые люди и тебя забрали. Ты не хочешь идти с ними. Плачешь. Кричишь. Вырываешься. Чьи-то сильные руки помещают тебя в машину. Тебя везут в больницу. Ты не понимаешь, что происходит. В больнице тебя осматривают врачи. Берут разные анализы. Затем помещают в детский дом. Ты видишь множество разных незнакомых лиц. Среди них нет привычных, близких для тебя людей. Тебя ведут по каким-то коридорам. Наконец. Приводят в комнату, показывают шкафчик, где будут храниться твои вещи. Кровать, на которой ты будешь спать.

– Что ты сейчас чувствуешь? Запомните это чувство. Протяните вперед руки, ладонями вверх. Поместите в них это чувство. Посмотрите на него. Какое оно? На что похоже?

4. Упражнение: «Образ приемного ребенка в семье».

Инструкция: откройте глаза. Возьмите любой кусочек пластилина. Слепите это чувство. На что похоже это чувство? Совместите образ чувства брошенного ребенка с образом пространства внутреннего «я». Как чувство ребенка войдут в вашу картину? На своем рисунке картины мира определите место для ребенка с его чувствами.

Обсуждение:

– Что вы чувствуете сейчас? Какие изменения произошли в вашей семейной «картине»? Что хочется сделать?

Выводы: в процессе создания работы каждый участник невольно соприкасается со своим «внутренним раненым ребенком» и актуализирует свой собственный детский опыт.

Для осознания личностной готовности крайне важно, насколько каждый из участников готов впустить гнев, боль, страх, страдание, обиду, отчуждение ребенка-сироты в свой внутренний мир, и что произойдет, если это случится. Ведущие просят участников тренинга поделиться полученным опытом, чувствами и мыслями.

5. Стадии проживания горя.

Кюблер-Росс говорит, что стадии могут длиться разные периоды и могут сменять друг друга или существовать одновременно. Это будет идеальным думать, что все мы достигнем стадии «Принятие» со всеми изменениями, с которыми нам предстоит столкнуться, но часто бывает, что некоторые люди заклиниваются на одной из стадий и не могут двигаться дальше.

Давайте рассмотрим поведение человека на каждой из пяти стадий.

1) Шок или отрицание.

«Я не могу в это поверить», «Такого не бывает», «Не со мной!», «Только не снова!»

2) Отрицание.

Это зачастую временная защита, которая дает нам время собрать информацию об изменениях перед тем, как переходить на другие этапы. Это начальная стадия оцепенения и шока. Мы не хотим верить, что изменения происходят. Если мы притворимся, что изменений нет, если мы отдалимся от него, то, возможно, оно исчезнет. Слегка похоже на страуса, прячущего голову в песок.

3) Злость.

«Почему я? Это несправедливо!» «Нет! Я не могу это принять!»

Когда мы осознаем, что изменения реальны и коснутся нас, наше отрицание переходит в злость. Мы злимся и обвиняем кого-то или что-то в том, что с нами происходит. Что интересно, наша злость может быть направлена совершенно в разные стороны. Люди могут злиться на начальника, самих себя, даже Бога. В тяжелые экономические времена во всем винят экономику. Это вина правительства или топ-менеджмента – надо было все спрогнозировать и просчитать. Вы можете больше раздражаться на коллег или членов семьи. Вы обнаружите, что люди начинают цепляться к мелочам.

4) Торг.

«Только дай мне дожить до того, как дети окончат школу».

«Я все сделаю, повремени пока? Еще несколько лет».

Это естественная реакция умирающих людей. Попытка отложить неизбежное. Мы часто видим подобное поведение, когда люди переживают изменения. Мы начинаем торговаться, лишь бы отдалить перемены или найти выход из ситуации. Большинство сделок мы пытаемся заключить с Богом, другими людьми, с жизнью. Мы говорим: «Если я пообещаю это делать, ты не допустишь этих изменений в моей жизни». В рабочих ситуациях некоторые начинают усерднее работать и часто остаются сверхурочно, пытаясь избежать сокращения.

5) Депрессия.

«Я так несчастен, разве меня может что-то беспокоить?»; «К чему попытки?»

Когда мы понимаем, что торг не дает результатов, приближающиеся перемены становятся реальными. Мы понимаем все потери, которые повлекут за собой перемены, и все, что нам придется оставить. Это толкает людей в состояние подавленности, депрессии, отсутствие энергии. Стадия депрессии часто заметна в рабочей обстановке. Люди, сталкивающиеся с переменами на работе, достигают состояния, когда они чувствуют себя демотивированными и крайне неуверенными в их будущем. На практике эта стадия характеризуется частым отсутствием. Люди берут больничные листы.

Принятие.

«Все будет хорошо», «Я не могу победить это, но я могу хорошо подготовиться к этому»

Когда люди понимают, что борьба с переменами не дает результатов, они двигаются к стадии принятия. Это не счастливое состояние, скорее покорное принятие изменения, и чувство, что они должны с этим смириться. В первый раз люди начинают оценивать перспективы. Это как поезд, въезжающий в тоннель. «Я не знаю, что там за поворотом. Я должен двигаться по рельсам, Мне страшно, но нет выбора, надеюсь, там есть свет в конце...»

Выводы:

Понимание стадий дает веру, что у изменений хороший конец, и что у всего происходящего есть свой особый смысл, который мы поймем со временем.

Это важный показатель нашей возможности успешно справляться с изменениями. К тому же это огромное облегчение – осознавать, что эта реакция и чувства нормальны, и не являются признаками слабости. Люди моментально начинают лучше понимать смысл своих поступков и осознавать, почему окружающие ведут себя определенным образом.

6. Упражнение «Установки».

Цель: помочь замещающим родителям в осознании влияния установок на детей.

Информация: установка – это посыл родителей, который влияет на формирование личности и самооценку ребенка, в результате чего формируются стереотипы поведения.

Участникам раздаются карточки с «установками».

Инструкция: распределите «установки» по группам с позитивным и негативным влиянием на детей.

Обсуждение в группе:

– На что направлена та или иная «установка»? (Запрет на жизнь, запрет на взросление, обесценивание, занижение самооценки, формирование жертвенной позиции, запрет на женственность, материнство, либо уверенность, значимость, поддержку, принятие и пр.).

Вывод: в замещающих семьях, где критики и негативных установок больше, чем поддержки и позитивных установок, такие члены семьи подвержены различным психическим заболеваниям.

7. Упражнение: Пирамида А. Маслоу.

Цель: Ознакомление с основными базовыми потребностями человека.

Инструкция: методом дискуссии составляется «пирамида» основных потребностей человека (приложение 1).

Вывод: неудовлетворение хотя бы одной из потребностей приводит к психической депривации.

Депривации.

«Депривация» – психическое состояние, возникающее в результате таких жизненных ситуаций, где ребенку не предоставляется возможности для удовлетворения основных (жизненных) психических потребностей в достаточной мере и в течение достаточно длительного времени.

Нарушения в развитии у ребенка, воспитывающегося в депривационных условиях, происходит на четырех уровнях:

- на уровне телесных ощущений (сенсорный уровень);
- на уровне понимания мира, в котором он живет (интеллектуальный или когнитивный уровень);
- на уровне установления близких эмоциональных отношений к кому-либо (эмоциональный уровень);
- на уровне, который позволяет соблюдать нормы и правила общества (социальный уровень).

Домашнее задание:

1. Участникам тренинга предлагается в качестве просмотр фильма «Блеф или С Новым годом!».
2. Прочитать информацию о возрастных особенностях детей.
3. Написать свой список правил семьи (приложение 2).
4. Заполнить таблицу «Критика и похвала» (приложение 3).

Ритуал прощания

Рефлексия (какого цвета настроение, впечатление, что понравилось, понял).

Занятие 2. «Учимся понимать друг друга»

Цель: обучение новым позитивным моделям взаимодействия.

Вводная часть

– К чему мысленно возвращались после прошлого занятия?

– С чем ассоциируется ваше настроение?

Упражнение «Я могу себе позволить...».

Цель: способствовать осознанию замещающих родителей, что правила семьи должны быть выполнимыми для всех членов семьи.

Инструкция: продолжить фразы: «Я могу себе позволить где угодно, с кем угодно и когда угодно...»

«Мой ребенок может себе позволить где угодно, с кем угодно и когда угодно...» (закончить словами из первой фразы)

Вывод: правила должны быть принятыми всеми членами семьи, выполнимы (соответствовать возрасту детей), понятны для всех. Они могут меняться, обсуждаться, дополняться.

Проверка домашнего задания

1. Участники делятся на группы. Каждая группа составляет общий список «правил семьи», которые чаще всего нарушаются родителями и детьми.

Вывод: семейные нормы и правила – это основания, на которых строится жизнь семьи. Отсутствие их – это хаос, представляет опасность для всех членов семьи. Нечеткость вызывает тревогу и нарушение поведения у подростков. Отношения могут строиться на договорах или на конфликте.

В отношениях с ребенком для его стрессоустойчивости требования со стороны родителей должны быть ясными, предсказуемыми, последовательными. А также необходим систематический контроль, который воспринимается ребенком как любовь.

2. Таблица «Похвала-критика».

Участники делятся чувствами и мыслями по итогам выполнения д/з – заполнения таблицы.

– Что было больше критики или поддержки в Ваш адрес и от вас?

– Что чувствовали в каждом случае?

Вывод: если в семье количество критики превышает похвалу, то возникают много обид, раздражения, насилия, преобладает модель обесценивания другого человека. В таких семьях члены семьи подвержены психическим заболеваниям.

Основная часть

1. «Пирамида родительского воспитания».

2. Игра, общение.

3. Похвала.

4. Награда.

5. Границы.

6. Пауза.

7. Последствия.

Первый и основной этап в родительской пирамиде – игра и общение.

Играть и общаться с ребенком необходимо не просто часто, а постоянно.

Преимущества игры:

– в игре происходит обучение;

– ребенок усваивает социальные роли, формирует ролевое поведение;

– развивается воображение;

– есть возможность больше узнать ребенка, пронаблюдать его в спонтанной деятельности;

– устанавливаются отношения доверия и партнерство;

– реализуются фантазии;

- наступает чувство комфорта и спокойствия;
- ребенок учится договариваться;
- развиваются лидерские качества;
- игра – конструктивное дело.

Для того чтобы игра и общение имели перечисленные эффекты, взрослому необходимо учитывать принципы, по которым происходит игра:

- соответствие возрасту и интересам ребенка;
- единые правила, выработанные вместе с ребенком;
- добровольность всех участников игры, общения;
- равноправие, партнерство;
- соблюдение последовательности в игре (начало, середина и завершение);
- эмоциональность, вовлеченность взрослого в игру;
- позитивность.

Второй этап – похвала.

Сразу за игрой и общением следует похвала, которая также применяется без ограничений. Похвала – это словесное поощрение ребенка. Ребенка необходимо хвалить как можно чаще. Именно похвала стимулирует и мотивирует ребенка, формирует его уверенность в том, что он поступает правильно. Благодаря похвале складывается позитивная самооценка, формируется позитивное отношение к делу и к другим людям, появляется интерес. При развитой системе одобрения ребенок начинает положительно относиться к взрослому, сам учиться хвалить, чувствует себя нужным, ощущает свою значимость. И именно таким образом складывается модель положительного поведения.

Похвала строится на определенных принципах:

- своевременность похвалы (хвалить надо сразу же);
- искренность;
- похвалу всегда надо проговаривать, вербализовывать;
- при похвале выдерживать зрительный контакт на одном уровне;
- похвала за конкретные действия;
- похвала выражена позитивно;
- однозначность похвалы (без всяких, НО);
- похвалу усиливает присутствие зрителей.

Третий этап – награда.

Награда – значимое эмоциональное событие, осуществление желаний ребенка, освобождение от обязанностей. Виды наград: сладости, игрушки, подарки, совместный досуг. Награда может иметь бонусную систему. С ребенком нужно проговорить условия награды. Награда может предоставляться за работу, обязанности, обучение, поступки, поведение.

Преимущества похвалы и награды для ребенка:

- стимулирует позитивные изменения в поведении;
- подчеркивает значимость ребенка, повышает его самооценку;
- формирует положительный образ и повышает статус среди сверстников;
- способствует развитию положительных эмоций и опыта.

Принципы награждения, следующие:

- награда всегда дается после достижения по результату безвозвратно;
- условия получения и то, как ребенок будет распоряжаться наградой, следует обговаривать заранее, до вручения награды;
- награждение должно иметь церемонию, ритуал;

– награда должна соответствовать возрасту и поступкам.

Следующие три этапа пирамиды уже следует использовать с осторожностью, применять дозированно, строго по необходимости.

Четвертый этап – установление границ.

Это разделение ответственности и наличие правил в семье. Границы появляются в процессе социализации, изначально ребенок не имеет собственных границ и устанавливает те границы, с которыми сталкивается в окружении взрослых. Из-за множества и различности условий ребенок может не осознавать границы – неуправляемых и непредсказуемых детей часто называют невоспитанными. Примером для установления границ, прежде всего, является взрослый, который определяет их для себя и ребенка. Если какие-либо границы уже простроены, то сложно их изменить. Чтобы изменить границы у ребенка нужно изменить в первую очередь свои убеждения и поведение. Отсутствие границ ведет к серьезным проникновениям в пространство другого человека – гиперопека, слияние ребенка и родителя, отсутствие самостоятельности. Слишком жесткие границы ведут к высокому уровню дистанции, отсутствию близких отношений, снижению контроля над поведением ребенка.

Преимущества установления границ:

- предсказуемость ситуации и безопасность;
- успешная социализация;
- самоорганизация;
- ответственность за себя и самостоятельность.

Принципы установления границ:

- равноправие, соблюдение границ всеми;
- соблюдение условий выполнения, четкость границ;
- соответствие возрасту;
- возможность изменений;
- обеспечение связи между системами (родительская, сиблинговая, супружеская – в семье).

Правила эффективных указаний:

- необходимо давать по одному указанию, давать время на осмысление и спрашивать, как понял. Чем младше ребенок, тем подробнее должно быть указание;
- указание должно быть конкретным, законченным, произнесено спокойным голосом в непротиворечивой форме без критики;
- указание должно соответствовать возрасту;
- необходимо осуществление контроля за выполнением указания и подкрепление похвалой.

Пятый этап пирамиды – пауза.

Во время паузы не обращать внимания на отрицательные действия ребенка. Перерыв или пауза даются ребенку для того, чтобы он успокоился. После чего можно вернуться к нужному разговору.

Шестой этап – последствия.

У ребенка должно сложиться понимание, что за определенный проступок следуют определенные последствия. Взрослые (родители) при этом должны оставаться любящими, показывать ребенку, что он дорог. Ни в коем случае нельзя допускать оскорбление личности.

Если родители не удовлетворены имеющимися детско-родительскими отношениями, то необходимо разобраться в ситуации и начать формировать конструктивные отношения, вернувшись на первый этап «игра, общение».

Если правила систематически нарушаются или «не работают», то вводятся санкции. Санкции должны быть полезными, мотивирующими на выполнение правил. Нельзя лишать удовольствий полностью. Можно частично.

Для соблюдения правил ребенком можно использовать «Мотивационную таблицу» (приложение 3).

Упражнение «Я – сообщение».

Цель: выработка навыков активного слушания и использования Я-сообщения в общении с ребенком.

Инструкция: организуйте ситуацию понимания, применяя метод «Я-высказывание». Используйте для этого следующую схему:

Первый шаг – опишите подробно событие, которое произошло и взволновало вас: «Когда ты...».

Второй шаг – опишите ход ваших мыслей: «Я подумала, что...».

Третий шаг – опишите искренне свои чувства: «В той ситуации я почувствовала...».

Четвертый шаг – предложите конструктивный выход из ситуации на будущее: «Мне бы хотелось в следующий раз..., давай договоримся...».

Упражнение «Я – высказывание» (приложение 4).

Тренировочный бланк для подгрупп (приложение 5).

Вывод: каждому человеку, ребенку понятен язык чувств, т.к. каждый знает, что такое боль, любовь, ненависть и т.д. На уровне чувств люди лучше понимают друг друга.

3. Информация «Возрастные особенности».

Участникам раздаются заполненные таблицы «Возрастные особенности детей».

Инструкция: участникам предлагается ответить на вопрос:

– Какие задачи стоят перед родителями при воспитании ребенка каждой возрастной категории?

4. Адаптация.

Стадии адаптации семьи к новым условиям.

Поведение ребенка, родителей.

Чувства ребенка, родителей.

Реакция окружающих.

– На какой стадии адаптации находится ваша семья?

Последствия несформированной эмоциональной привязанности могут приводить к трудному поведению (воровство, уходы из дома, агрессии, аутоагрессии).

5. Информация «Насилие над детьми. Последствия насилия».

6. Упражнение «Дистанция».

Инструкция: участникам необходимо встать в две шеренги, на расстоянии двух метров, друг напротив друга. Участники одной команды приближаются по команде ведущего одновременно на один шаг к партнерам другой команды (затем еще два шага). Каждый отслеживает чувства по мере приближения к себе другого участника.

Вывод: личностное пространство каждого человека индивидуально, нарушение его границ приводит к конфликтам, проявлению агрессии, либо аутоагрессии.

Задачи «Трудное поведение»

Участники распределяются по ролям: родитель – ребенок.

Инструкция: ваша задача разыграть ситуацию, определить причины того или иного поведения, найти формы альтернативного поведения.

Задача 1.

Кате 9 лет. Девочка живет в приемной семье три года. Администрация торгового центра сообщила родителям о краже сладостей и напитков группой детей, в числе которых была их дочь.

Задача 2.

Пете, 11 лет. Родители подарили на новый год новый компьютер. Мальчик перестал выполнять домашние задания, забывает про домашние обязанности, агрессивно реагирует на просьбы родителей выключить компьютер.

Задача 3.

Игорь, 14 лет. С начала учебного года стал прогуливать уроки, на вопросы родителей отвечает агрессивно, используя нецензурную лексику.

Задача 4.

Оля, 10 лет, отказывается посещать спортивную секцию, в которую ходила с самого детства с удовольствием, имела достижения.

Ритуал прощания

Рефлексия (какого цвета настроение, впечатление, что понравилось, что хотелось изменить).

Приложение 1 к тренингу «Тропинка»

ПИРАМИДА МАСЛОУ

Приложение 2 к тренингу «Тропинка»

ПЕРЕЧЕНЬ НОРМ И ПРАВИЛ, НА КОТОРЫХ СТРОИТСЯ ЖИЗНЬ ВАШЕЙ СЕМЬИ

Например:

– правила могут касаться режима дня, распределения и границ пространства (например, двери в комнатах должны быть всегда открыты или их можно закрыть, можно ли войти в комнату без стука, можно ли прийти в дом без приглашения т. д.);

– распределения обязанностей в семье (все делает кто-то один или обязанности распределяются «по справедливости»);

– реагирования в ситуации конфликта (кричат друг на друга, один предъявляет претензии – другой молчит, по несколько дней не разговаривают с провинившимся) и т. д.

– ваша семья всегда завтракает, обедает и ужинает в одно и то же время; если папа отдыхает, то его нельзя беспокоить» и т. д.

Приложение 3 к тренингу «Тропинка»

Таблица 5

КРИТИКА И ПОХВАЛА

	Похвала						
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
Муж (жена)							
Дети							
Родители							
Всего (кол-во похвал, полученных от членов семьи)							
Начальство (учителя, воспитатели, коллеги)							
Всего (кол-во похвал, полученных от начальства, коллег, соседей)							

Приложение 4 к тренингу «Тропинка»

УПРАЖНЕНИЕ «Я-ВЫСКАЗЫВАНИЕ»

Цель: выработка навыков активного слушания и использования Я-сообщения в общении с ребенком.

Инструкция: организуйте ситуацию понимания, применяя метод «Я-высказывание». Используйте для этого следующую схему:

Первый шаг – опишите подробно событие, которое произошло и взволновало вас: «Когда ты...».

Второй шаг – опишите ход ваших мыслей: «Я подумала, что...».

Третий шаг – опишите искренне свои чувства: «В той ситуации я почувствовала...».

Четвертый шаг – предложите конструктивный выход из ситуации на будущее: «Мне бы хотелось в следующий раз..., давай договоримся...».

Ситуация для разбора: «Вы не в состоянии понять другого человека! Вам все равно, что я думаю!».

Приложение 5 к тренингу «Тропинка»

Таблица 6

ТРЕНИРОВОЧНЫЙ БЛАНК ДЛЯ ПОДГРУПП

№	Ситуация	Ты-сообщение	Я-сообщение
1.	Вы в который раз зовете сына (дочь) подойти к вам. Он отвечает «сейчас», – и продолжает заниматься своими делами. Вы начали сердиться	«Да сколько же тебе раз можно говорить». «Меня сердит, когда ты не слушаешься»	
2.	У вас важный разговор с коллегой. Ребенок то и дело вас прерывает	«Ты не можешь заняться чем-нибудь другим! Не мешай разговаривать».	
3.	Вы приходите домой усталая. У вашего сына-подростка друга, громкая музыка. Вы испытываете чувство обиды	«Тебе не приходит в голову мысль, что я могу быть усталой» «Уберите за собой посуду»	
4.	Ученик целый день дуется, уныл и не весел. Родителю не известна причина	«Хватит дуться! Или разговаривай нормально или иди делай уроки»	
5.	Строгий родитель наказал ребенка и не объяснил причину	«Я все сделал. Мама ты не несправедлива»	
6.	Дочь обещала полить цветы. Но начинать работу она так и не думает	«Ты целый день бездельничала и не выполнила обещанного»	
7.	Сын просит, чтобы родители взяли его с собой в кино. Но в течение нескольких дней не убирает в своей комнате. Хотя по этому поводу есть определенная договоренность	«Ты не заслуживаешь, чтобы пойти в кино. Ты не выполняешь свои обязанности»	

Приложение 2

ТРЕНИНГ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РОДИТЕЛЕЙ С ДЕТЬМИ «МУДРОСТЬ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ»

Актуальность

Проблема жизнеустройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, приобрела сегодня в нашей стране новое звучание. Все больше россиян принимают в свои семьи детей-сирот.

Адаптация детей-сирот в приемной семье имеет целый ряд особенностей, поскольку эти дети испытывают трудности при овладении социальными знаниями, умениями и навыками, у них есть отставание в психическом, интеллектуальном и физическом развитии, возникают трудности при установлении эмоциональных связей с другими людьми, в первую очередь с приемными родителями. Несмотря на то, что ребенок, оставшийся без попечения родителей, определен в семью и замещающие родители получили необходимые знания, им всем – и детям, и взрослым непросто справиться с теми трудностями, которые возникают в ходе становления новой семьи. Наличие трудностей в новой семье – это естественное явление, особенно в адаптационный период. Часто непонимание ребенка со стороны приемных родителей обусловлено тем, что они не успели узнать особенности приемного ребенка. Также это может быть нежелание ребенка принимать новые правила проживания, требования родителей, традиции новой семьи. Первое время он очень остро и болезненно воспринимает замечания в свой адрес. Период адаптации очень сложен как для ребенка, так и для приемных родителей. В этот период приемной семье необходимо своевременно оказать профессиональную помощь, чтобы не допустить конфликта, который может привести к возврату ребенка в учреждение.

Наиболее привычной для семьи является индивидуальная работа с психологом. Но она не позволяет передать опыт разрешения различных ситуаций в других семьях. Анализ вопросов, с которыми обращаются семьи на консультацию к психологу, показывает, что наиболее актуальными и распространенными являются вопросы по поводу разрешения конфликтных ситуаций во взаимоотношениях детей с замещающими родителями, приемными и кровными детьми, приемными детьми между собой.

В связи с этим и был разработан наш тренинг, который является частью программы «К Новой семье», направленной на поддержку и помощь замещающей семье и приемному ребенку в решении проблем адаптации в новых жизненных условиях.

Цель: содействие укреплению отношений между родителями детьми в период адаптации в замещающей семье

Задачи:

1. Повысить компетентность членов семей в вопросах разрешения конфликтных ситуаций.
2. Сформировать навыки успешного и конструктивного взаимодействия между приемными родителями и детьми (умение выражать свои чувства, эмоции, переживания).
3. Содействовать активизации совместной деятельности родителей и детей.
4. Создать условия для общения замещающих семей друг с другом.

Целевая группа:

- приемные родители, приемные дети;
- опекуны и попечители, опекаемые и подопечные;
- члены замещающих семей (кровные дети и другие родственники).

Ресурсы (кадровые, материально-технические, информационные, методические)

Кадровые ресурсы: заместитель директора – 1, заведующий отделением – 1, специалист по социальной работе – 1, социальный педагог – 1, психолог – 2.

Материально-технические ресурсы:

2 кабинета психолога; 1 – компьютерной диагностики; тренинговый зал; программное обеспечение «АИС УСОН», «АИС РППСУ», «АИС БДСД»; локальная сеть; принтер; ксерокс; техническое оборудование (аудиовидеопроекторы); канцелярские товары: бумага, карандаши, фломастеры, мелки, ручки, краски, ватман, пластилин и другие.

Информационные ресурсы:

- интернет-ресурсы: БУ «Ресурсный центр развития социального обслуживания» (<http://methodcentr.ru/>);
- профессиональное сообщество «Социальная защита Югры» (<http://socioprofi.com/>);
- БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям Зазеркалье» (<http://zazerkalie86.su/>);
- ВКонтакте <https://vk.com/socuslugi.ugra>, Перспективное детство Югры (<http://pdugra.ru/>);
- Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации (<http://fond-detyam.ru/>);
- информация Управления по опеке и попечительству Администрации города Сургута <http://admsurgut.ru/rubric/816/Опека-i-попечительство>.

Методические ресурсы:

- подбор и систематизация методической литературы по данной тематике;
- подбор психологических диагностик, направленных на изучение особенностей детско-родительских отношений, уровня родительской и детской тревожности, уровня комфортности пребывания детей в замещающей семье;
- разработка информационных памяток для родителей;
- разработка тренинга, корректировка.

Формы работы:

- организационные: подготовка к реализации практического цикла занятий, домашнее визитирование, набор групп участников, информационное обеспечение;
- исследовательские: проведение диагностики замещающих семей (входные данные, выходные данные), анкетирование замещающих родителей;
- практические: проведение практического цикла занятий, индивидуальных консультаций;
- аналитические: анализ проведенных групповых занятий, индивидуальных консультаций, подведение итогов работы, анализ полученных результатов.

Основные методы и приемы работы

Методы работы:

- психологическая диагностика (интервьюирование, тестирование, анкетирование),
- социально-психологическое консультирование,
- практические занятия

Приемы работы: активное слушание, игровая терапия, арт-терапия, дискуссии, визуализация, индивидуальная и групповая рефлексия.

Занятие 1. «Семья и я в ней»

Цель: знакомство и формирование доверительных отношений в группе.

Задачи:

- создать ситуацию взаимодействия и сотрудничества у участников группы;
- актуализировать потребность в совместных детско-родительских играх;
- способствовать развитию взаимной эмпатии участников.

Ход занятия:

1. Организационная часть (5 мин.).

- Представление ведущих.

- Объявление темы и цели тренинга.
- Обсуждение регламента
- Изготовление визиток. Представление участников.

Мы предлагаем Вам представиться и ответить на вопросы:

- Какое у Вас настроение?
- Что хотели бы получить на сегодняшнем занятии?».

2. Упражнение «Имя» (20 мин.).

Цель: продолжение знакомства, развитие памяти и внимания.

Участник по одному называет свое имя. Остальные говорят прилагательные, начинающиеся с первой буквы имени этого человека. Он выбирает себе то, которое ему больше понравилось. И произносит, например, «Я Ирина – интересная». Следующий участник сначала называет имя и прилагательное предыдущего, а затем свое имя. И все снова придумывают ему эпитеты.

3. Игра «Ветер дует на того, кто...» (10 мин.).

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Задание участникам: «Ветер дует на того, кто...»:

- любит мороженое;
- носит брюки;
- сегодня завтракал...».

4. Правила группы (5 мин). Осуждение и принятие правил:

- Общение по принципу «здесь и сейчас».
- Доверительный стиль общения и искренность в общении.
- Предложения должны звучать именно от себя (например, «Я думаю, что...»), а также, не должно быть безадресности, (например, «многие (все, большинство) осуждают меня»).
- Конфиденциальность всего происходящего в группе.
- Безоценочность суждений членов группы.
- При обсуждении происходящего, важно оценивать не участника, а только его действия и поведение. Например, вместо «Ты мне не нравишься!», следует сказать: «Мне не нравится твоя манера поведения!»
- Уважение говорящего и правило «Стоп».
- Активное участие в межличностном взаимодействии между членами группы. Только участник, активно работающий в группе, может почерпнуть из нее что-то для себя.

5. Правила семьи (20 мин.). – В каждой семье есть свои правила.

Правила – это ожидание того, как люди должны вести себя в определенных ситуациях и обстоятельствах. Правила говорят, что приемлемо и что неприемлемо. Они также говорят о том, какие представления влечет за собой выполнение или невыполнение правил.

Существует два типа правил: гласные и негласные. Гласные правила – самые простые. Они включают такие вещи, как: «Не перебивай», «Не болтай с полным ртом» и т. д.

Есть также негласные правила. Например, в некоторых семьях не принято быть сердитыми, но вполне приемлемо впасть в депрессию. Никто не думает об этом, но правило таково: когда события развиваются не по-твоему, ты не можешь сердиться, но можешь расстраиваться. В некоторых семьях слезы неприемлемы или простительны только женщинам. А мужчина вместо слез может рассердиться.

Основная задача правил – контролировать способы взаимоотношений в семье. Они помогают сохранять равновесие внутрисемейных отношений.

– Какие гласные и негласные правила существуют у вас в семье? (участникам предлагается написать 10 правил семьи)

Обсуждение: участники зачитывают правила.

- Какие правила часто нарушаются?
- Что нужно сделать, чтоб соблюдать это правило?
- Как научиться соблюдению правил?

6. Упражнение «Броуновское движение» (5 мин.).

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Участникам предлагается поздороваться двумя руками, передвигаясь в пространстве с закрытыми глазами.

«Найти самые горячие руки, самые сильные руки, самые нежные руки». (Упражнение выполняется молча)

7. Упражнение «Я имею право...» (20 мин.).

Цель: способствовать пониманию у каждого участника значимости равноправия в семье; формированию уважительного отношения друг к другу.

Участники записывают свои права.

Каждый зачитывает свой список по кругу: «Я имею право...».

Затем участники снова зачитывают свой список прав, но начинают его со слов «Мои близкие имеют право...».

Обсуждение.

- Какие чувства вызвало это задание?

Перерыв.

8. Упражнение «Идеальный образ» (30 мин.).

Участникам предлагается ответить на вопросы:

- Каким должен быть идеальный мальчик?
- Какой должна быть идеальная девочка?
- Каким должен быть идеальный папа?
- Какой должна быть идеальная мама? (Ответы записываются на доске)

Участники рисуют образ идеального мальчика (девочки) для детей, идеального папы (мамы) для родителей. (Лист бумаги складывается пополам, каждый рисунок выполняется на половине листа)

На второй части листа нарисовать свой собственный образ.

Обсуждение:

- Чем похожи эти рисунки?
- Чем отличаются?
- Чем можете гордиться?
- Хотелось бы что-то добавить в рисунок себя?

9. Игра «Стиральная машина» (7 мин.).

Цель: снятие мышечного напряжения; осознание личностных границ.

Участники становятся парами друг за другом, взявшись за руки. Руки подняты вверх. Образуют туннель. Один из игроков проходит через туннель, обозначая свою роль. («Я грязные брюки», «Я тонкая белая сорочка», «Я пуховик» и т. д.). В зависимости от этого остальные участники выбирают интенсивность движений, изображая стирку.

Обсуждение:

- Что понравилось?
- Что не понравилось?
- Были грубые для вас прикосновения?

Подвести участников к выводу о значимости личностных границ.

10. Упражнение «Я настоящий, а это значит»(10 мин.).

Цель: повышение уверенности в себе.

– Произнести по кругу фразу в позитивном уверенном тоне «Я настоящий, а это значит...»
(три круга)

Обсуждение:

– Что понравилось?

– Что было важно?

11. Игра «Переглядки» (10 мин.).

Цель: способствовать развитию умения «понимать друг друга без слов»; развитие внимания; снятие эмоционального напряжения.

Группа делится пополам. Одна часть участников сидят на стульях (один стул остается пустой). Остальные становятся за стулья, руки на спинку впереди стоящего стула. Задача игрока, который стоит за пустым стулом, невербально, знаком пригласить одного из сидящих игроков на свой стул. Задача остальных не пустить этого игрока.

12. Упражнение «Комплименты» (15 мин.).

Цель: закрепление позитивного опыта на занятии.

Задание: Участники пишут на листочках свои положительные качества (по количеству участников). Затем все записки складываются в шляпу, ведущий перемешивает их и предлагает участникам вытянуть одно качество. Далее участник дарит его тому, кому оно подходит (без комментариев). Получатель также не комментирует процесс.

После того, как все качества вытянуты, участники по кругу зачитывают свои записки.

Рефлексия опыта.

Ведущий просит поделиться опытом, полученным в результате работы.

Обратная связь:

– Что получили, узнали сегодня на занятии?

– С каким настроением уходите?

Домашнее задание: – узнать информацию о своем имени;

– работа с правилами семьи.

Занятие 2. «Конфликты и пути их разрешения»

Цель: актуализация знаний о понятии «конфликт».

Задачи:

– познакомить участников со способами разрешения конфликтов;

– способствовать формированию навыков конструктивного выхода из конфликтов;

– способствовать развитию навыков распознавания внешних проявлений основных эмоций

и чувств других людей.

Ход занятия.

1. Приветствие (10 мин.).

– Что нового и хорошего произошло за эту неделю?

– Что было полезно на прошлом занятии, что вы уже применили в жизни?

2. Обсуждение домашнего задания (10 мин.).

– Кто узнал и может рассказать о значении своего имени?

– Что помогает выполнять правила семьи?

3. Игра «Фруктовый салат» (5 мин.).

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Участники сидят на стульях. Ведущий стоит.

Ведущий делит участников, называя их фруктами (яблоко, банан, груша). По команде участники меняются местами: «яблоки с яблоками», «груши с грушами» и т. д. Когда ведущий говорит «фруктовый салат», меняются все местами. Ведущим становится тот, кто остался без места.

4. Упражнение «Создание рисунка по кругу». (15 мин)

Цель: формирование умения бесконфликтного взаимодействия.

Участники сидят в кругу. У каждого чистый лист бумаги и фломастер (карандаш). За две минуты все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают свой лист соседу справа. Игра идет, пока лист не вернется к хозяину. С каждой передачей листа другому участнику время сокращается на 5–10 сек.

Обсуждение.

– Что чувствовали, когда рисовали на чужом рисунке?

– Что чувствовали, когда ваш рисунок вернулся к вам?

5. Игра «Переглядки» (5 мин.).

Цель: способствовать развитию умения «понимать друг друга без слов»; развитие внимания; снятие эмоционального напряжения.

Группа делится пополам. Одна часть участников сидят на стульях (один стул остается пустой). Остальные становятся за стулья, руки на спинку впереди стоящего стула. Задача игрока, который стоит за пустым стулом, невербально, знаком пригласить одного из сидящих игроков на свой стул. Задача остальных не пустить этого игрока.

6. Упражнение «Испорченный рисунок» (30 мин.).

Цель: формирование навыков конструктивного выхода из конфликта; позитивного мышления.

Участники делятся на две группы. Каждая группа выбирает себе место и создает общий рисунок на тему «Летний отдых».

Затем команды меняются рисунками.

Задача – «испортить» рисунок другой команды. При этом нельзя рвать, мять, делать дырки.

Затем рисунки возвращаются к «хозяевам». Задача «хозяев» – исправить рисунок.

Обсуждение.

– Что чувствовали, когда рисовали свой рисунок?

– Что чувствовали, когда портили чужой рисунок?

– Что чувствовали, когда увидели свой испорченный рисунок?

– Что помогло справиться с чувствами?

Подвести участников к выводу о том, что «плохо портить» чужие вещи. Это является поводом для конфликтов. Но любой конфликт можно урегулировать.

Перерыв.

7. Основная часть «Конфликты» (20 мин.).

Цель: актуализация чувств, вызываемых конфликтом; формирование позитивных образов решения конфликтных ситуаций.

– Какие ассоциации возникают у вас при слове «конфликт»? (Ответы записываются на доске).

Далее ведущий просит всех участников встать и с закрытыми глазами «подержать» перед собой то, что в их представлении является «конфликтом», прислушаться к своим чувствам.

Затем взять пластилин и вылепить этот образ.

– Что получилось?

– Какие чувства вызывает образ?

– Хотелось бы что-то изменить?

Участникам предлагается трансформировать получившийся образ в то, что будет вызывать приятные чувства.

Осуждение:

– Какие чувства вызвало упражнение?

8. Упражнение «Природные явления» (5 мин.).

Цель: снятие мышечного напряжения.

Все участники встают в круг друг за другом. Ведущий произносит слова и показывает действия; все участники одновременно повторяют действия за ведущим.

«Зашумел легкий ветерок» – пальцами рук аккуратно поводить по спине.

«Зашелестели листья» – сделать круговые движения ладонями рук по спине.

«Полил легкий дождик» – слегка побарабанить подушечками пальцев по спине впереди стоящего.

«Дождь полил сильнее» – усилить движения.

«Пошел град» – слегка побарабанить кулачками.

«А теперь просто погладить спину».

После чего участники разворачиваются в другую сторону и упражнение повторяется.

9. Упражнение «Яблоко и червячок» (10 мин.).

Цель: осознание участниками предпочтительного способа решения конфликтов.

Сядьте удобнее, закройте глаза и представьте на минуту, будто вы – яблоко. Спелое, сочное, красивое, ароматное, наливное яблоко, которое живописно висит на веточке. Все любят вас, восхищаются. Вдруг, откуда ни возьмись, подползает к вам червяк и говорит: «Сейчас я тебя буду есть!». Что бы вы ответили червяку? Откройте глаза и запишите свой ответ.

10. Информационная часть (30 мин.).

Цель: знакомство со способами разрешения конфликтных ситуаций.

– Какие способы выхода из конфликта Вы знаете?

Способы выхода из конфликтной ситуации (по К. Томасу).

Конкуренция предполагает сосредоточение внимания только на своих интересах, полное игнорирование интересов партнера.

Избегание характеризуется отсутствием внимания, как к своим интересам, так и к интересам партнера.

Компромисс – достижение «половинчатой» выгоды каждой стороны.

Приспособление предполагает повышенное внимание к интересам другого человека в ущерб собственным.

Сотрудничество является стратегией, позволяющей учесть интересы обеих сторон.

Участникам предлагается проанализировать способы разрешения конфликтов, стиль поведения в конфликтной ситуации, «плюсы» и «минусы» этих стилей.

А теперь, когда вам известны способы выхода из конфликтной ситуации, проиллюстрируем их результатами упражнения «Яблоко и червячок». (Участники зачитывают свои ответы).

Примерные ответы участников семинара.

Конкуренция: «Сейчас, как упаду на тебя и раздавлю!».

Избегание: «Вон, посмотри, какая там симпатичная груша!».

Компромисс: «Ну, хорошо, откуси половинку, остальное оставь моим любимым хозяевам!».

Приспособление: «Такая, видимо, у меня доля тяжкая!».

Сотрудничество: «Посмотри, на земле есть уже упавшие яблоки, ты их ешь, они тоже вкусные!».

Примеры ответов участников семинара.

Конкуренция: «Сейчас как упаду на тебя и раздавлю!».

Избегание: «Вон, посмотри, какая там симпатичная груша!».

Компромисс: «Ну, хорошо, откуси половинку, остальную часть оставь моим любимым хозяевам!».

Приспособление: «Такая, видимо, у меня доля тяжкая!».

Сотрудничество: «Посмотри, на земле есть уже упавшие яблоки, ты их ешь, они тоже вкусные!».

Как бы нам не хотелось этого, едва ли возможно представить и, тем более, осуществить совершенно бесконфликтное взаимодействие между людьми. Иногда даже важнее не избежать конфликта, а грамотно выбрать стратегию поведения в конфликтной ситуации и привести стороны к конструктивному соглашению. Только переговоры, которые помогут выяснить истинные причины поведения, способствуют урегулированию взаимоотношений и установлению сотрудничества обеих сторон.

11. Игра «Дракон кусает хвост» (5 мин.).

Цель: эмоциональная разрядка.

Участники встают в шеренгу друг за другом. Первый игрок – это «голова» дракона. Последний – «хвост». Задача: «голова» должна поймать свой «хвост». Затем участники меняются местами. В качестве «головы» должен побывать каждый участник.

12. Упражнение «Угадай чувство» (15 мин.).

Цель: способствовать развитию навыков распознавания эмоционального состояния другого.

Участники по очереди вытягивают карточки с названиями чувств. Каждый должен мимикой и жестами показать, то чувство, которое написано в карточке. Остальные угадывают.

Обсуждение:

– Что легче, показывать или отгадывать чувства?

– Как эти навыки можно использовать в конфликтных ситуациях? (В конфликтных ситуациях трудно справиться с чувствами и переживаниями. Могут помочь три «волшебных» вопроса: «Что с тобой происходит?», «Чего ты хочешь?», «Чем я могу тебе помочь?»).

13. Упражнение «Подарок» (5 мин.).

Цель: закрепление дружеских отношений между членами группы.

– Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать («вручить») молча (невербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Пока все не получают подарки, говорить не надо. Все делаем молча.

Обратная связь:

– Что получили, узнали сегодня на занятии?

– С каким настроением уходите?

Социальный эффект и предполагаемые результаты реализации тренинга.

Повышение уровня знаний замещающих родителей о психологических особенностях, особенностях процесса адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в новых условиях (14 семей).

Повышение мотивации клиентов данной категории на разрешение трудных ситуаций в детско-родительских отношениях (рост посещаемости консультаций психологов на 35 %).

Понижение уровня тревожности у родителей (с 54 % на 17 %), у детей (с 70% на 34 %).

Выработка правил семьи в 5 семьях, пересмотр и коррекция в 9, в связи с изменившейся ситуацией.

Изменение внутрисемейных отношений, они становятся более теплыми.

Снижение общего уровня конфликтности отмечается практически во всех семьях.

Улучшение отношений у детей с окружающими и сверстниками.

Расширение представления у родителей о возможностях детей, их творческих способностях, достижениях через позитивную совместную деятельность (игровую, арт-терапевтическую).

Более уважительное отношение родителей к чувствам детей.

Открытое проявление своих чувств детьми.

Чувство принадлежности к приемной семье стало очевидным из бесед с детьми и рисуночных тестов.

Вывод: в результате проведенной работы появляется перспектива формирования эмоциональной привязанности между всеми членами семей.

Приложение 1 к тренингу «Мудрость»

Таблица 7

**МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ,
ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ**

Методы и средства диагностики	Параметры отслеживания
Метод «Семейная генограмма». Беседа, наблюдение	Мотивы. История жизни граждан (семьи). Социальное окружение семьи. Состояние и структура семьи
Опросник «Анализ семейных взаимоотношений» (Э. Г. Эйдемиллер) (тест для родителей детей 3–10 лет; для родителей детей от 11 до 21 года). «Измерение родительских установок и реакций» (методика PARI). Тест-опросник родительского отношения к детям Варги-Столина (ОРО). Беседа, наблюдение	Особенности семейного воспитания. Сплоченность и гибкость семейной системы. Эмоциональная комфортность семьи и каждого члена в ней. Родительское отношение к детям. Характер отношения к ребенку, способы поведения, которые предпочитают родители в общении с ребенком, особенности восприятия и понимания личности ребенка и его поступков
Методика «Рольные ожидания и притязания в браке» (РОП) Н. Волковой. Беседа, наблюдение	Характеристика супружеских отношений. Климат в семье (ориентация на совместную или раздельную деятельность, отношение к разводу, к патриархальному или равноправному устройству семьи, к сексуальной сфере)
Многофакторный (16-факторный) личностный опросник Р.Кеттелла. Опросник «Уровень субъективного контроля	Личностная характеристика граждан и членов их семьи. Психологические особенности личности. Степень ответственности за происходящее
«Подростки о родителях» (модификация опросника «Поведение родителей и отношение подростков к ним»)	Характеристика детско-родительских отношений

Приложение 2 к тренингу «Мудрость»

Таблица 8

**СПОСОБЫ РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТОВ,
СТИЛЬ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ**

Стиль	Сущность стратегии	Условия применения	Недостатки
Соревнование	Стремление добиться своего, в ущерб другого	Заинтересованность в победе. Обладание определенной властью. Необходимость срочного разрешения конфликта	Испытание чувства неудовлетворенности при поражении и чувства вины при победе. Большая вероятность испортить отношения
Уклонение	Уход от ответственности за принятие решений	Исход не очень важен. Отсутствие власти	Большая вероятность перехода конфликта в скрытую форму
Приспособление	Сглаживание разногласий за счет ущемления собственных интересов	Предмет разногласия более важен для другого участника конфликта. Желание сохранить мир. Осознание собственной неправоты	Нерешенность конфликта

Компромисс	Поиск решений за счет взаимных уступок	Одинаковая власть. Наличие взаимоисключающих интересов. Необходимость срочного разрешения конфликта	Получение только половины ожидаемого. Лишь частичное устранение причин конфликта
Сотрудничество	Поиск решения, удовлетворяющего всех участников	Наличие времени, необходимого для разрешения конфликта. Заинтересованность обеих сторон. Четкое понимание точки зрения противника. Желание обеих сторон сохранить отношения	Временные и энергетические затраты

Приложение 3 к тренингу «Мудрость»

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ЗАМЕЩАЮЩИХ РОДИТЕЛЕЙ»

Актуальность – чаще всего термин «эмоциональное выгорание» связывают с деятельностью работников, чья профессия связана с помощью людям. Это врачи, спасатели, медсестры, работники социальных служб, педагоги. Но имеется и особая группа людей, подвергающихся чувственному истощению, о которой почему-то у нас не принято говорить. Это родители и замещающие родители. Работа родителей не только круглосуточная, но и весьма специфическая. Многие ее особенности становятся очевидными не во время подготовки к семейному устройству, а уже после помещения ребенка в семью. Родители обретаю желанных детей и начинают жить их проблемами, их эмоциями, помогать преодолевать последствия прошлых травм. Но процесс реабилитации приемных детей – дело сложное и длительное, требующее от взрослых больших эмоциональных затрат.

На консультацию к психологам замещающие родители приходят с жалобами на приемных детей, их трудное поведение, непослушание, переживая усталость и разочарование от того, что усилия по воспитанию кажутся тщетными. Взрослые испытывают усталость и могут обесценивать результаты своих трудов по воспитанию приемного ребенка. Риск выгорания увеличивается при неравномерном распределении труда и отдыха, ведь мы знаем, что родительство иногда требует 99 % времени суток. На второй план отходят личная жизнь, досуг, общение с друзьями, которые являются ресурсом для восполнения физических и эмоциональных затрат.

Вероятность выгорания выше, если к проблемам в детско-родительских отношениях добавляются проблемы на работе, супружеские конфликты, утрата значимых связей.

В связи с этим был разработан тренинг, направленный на профилактику эмоционального выгорания замещающих семей.

Концептуальной особенностью тренинга является сохранение и повышение стрессоустойчивости замещающих родителей, а также с поиском ресурсов, помогающих им в преодолении негативных последствий стрессовых ситуаций.

Цель: формирование навыков саморегуляции и создания внутреннего психологического комфорта у замещающих родителей.

Задачи:

- 1) Овладение навыками и умениями психоэмоциональной саморегуляции замещающими родителями.
- 2) Повышение компетенции замещающих родителей.
- 3) Снижение актуальности заявленных проблем замещающего родителя.
- 4) Содействие в выработке толерантного отношению к различным жизненным ситуациям.

Целевая группа: замещающие родителей.

Длительность: 1,5 часа.

Методы:

1. Игра. Игра помогает снять напряжение, расслабиться, посмотреть на ситуацию, с другой стороны.

2. Тематический опрос. Эта форма работы позволяет в большей степени вербализовать и структурировать позиции участников, способствует их собственному осознанию своих проблем, ведет к переоценке жизненных установок, а также подготавливает к запланированным дискуссиям.

3. Рассказ и его обсуждение. Эта форма используется как ведущий механизм коррекционного воздействия, при котором обсуждение или проигрывание конфликтной ситуации осуществляется не от первого, а от третьего лица.

4. Аутотренинг. Занятия аутотренингом формируют у членов группы способность к переключаемости с травмирующих переживаний к гармоничным состояниям.

5. Психогимнастика и техники телесно-ориентированной терапии. Методы позволяют в приемлемой форме выразить свои чувства, снять психологическое и мышечное напряжение.

6. Релаксация – метод достижения полного расслабления организма, благодаря которому достигается повышение работоспособности и снижение психического и физического напряжения.

Организационные и материально-технические условия: бумага форматом А4, А1, цветная бумага, магнитофон, флипчарт, набор маркеров, ножницы, иголки, стулья, столы, ручки, бумажный скотч.

Ход практического занятия.

Представление ведущих, сообщение темы и цели тренинга.

Упражнение «Снежный ком».

Цель: познакомиться друг с другом, разрядить обстановку.

Инструкция: участники по очереди называют свое имя вместе с каким-нибудь прилагательным, начинающимся на первую букву имени.

Следующий по кругу должен назвать предыдущих участников, а затем себя. Таким образом, чем дальше по кругу, тем больше придется называть имен с прилагательными. Это облегчит запоминание и разрядит обстановку.

Упражнение: «Три вопроса?».

Цель: актуализация собственных целей участия в занятии.

Инструкция: задание выполняется 10 минут, после чего идет групповая дискуссия. Ведущие дополняют ответы участников. (Приложение 1). Что хотите получить от тренинга для себя? Что хотите получить от тренинга для своей семьи? С какими чувствами пришли сюда?

Правила групповой работы, участникам предлагается их дополнить и принять:

- общение по принципу «здесь и сейчас»;
- предложения должны звучать именно от себя (например, «Я думаю, я считаю...»);
- конфиденциальность всего происходящего в группе;
- недопустимость оценочных суждений членов группы;
- уважение говорящего и правило «Стоп»;
- активное участие в межличностном взаимодействии между членами группы.

Упражнение «Причины эмоционального выгорания».

Цель: выявить причины эмоционального выгорания участников группы.

Инструкция: участники встают в круг, кто начинает – произносит вслух свою предполагаемую причину эмоционального выгорания в руках у него мяч, он передает мяч дальше и встает в центр круга, следующий называет свою причину и т. д.

Ведущие подводят итоги, озвучивают, какие причины эмоционального выгорания есть у участников группы и знакомят с причинами эмоционального выгорания, какие часто встречаются у замещающих родителей.

Основные причины синдрома выгорания у замещающих родителей:

1. Ощущение большой ответственности перед собой, законом, детьми.
2. Занятость приемных родителей 24 часа в сутки, накапливающаяся усталость.
3. Долгое отсутствие видимых результатов в воспитании приемных детей.
4. Частые «рецидивы» трудного поведения у детей (возврат к прошлым привычкам, прошлому поведению).
5. Недостаток свободного времени и личного общения вне семьи.
6. Непрерывный анализ и самодисциплина.
7. Необходимость регулярного ведения материальной отчетности.
8. Повышенный шумовой фон приемной семьи.
9. Инциденты в семье.
10. Трудности в распределения обязанностей между членами семьи.
11. Однообразие работы (особенно у тех, кто всегда находится дома).
12. Недостаток знаний в области педагогики, психологии, медицины, юриспруденции.
13. «Неверные» мотивы приема ребенка в семью, неоправданные ожидания.
14. Отсутствие возможности получать профессиональную помощь специалистов сопровождающих учреждений.
15. Предвзятая позиция общества и родственников.

Упражнение «Причина».

Цель: изменение отношения к своей «причине» эмоционального выгорания.

Инструкция: участники тренинга объединяются в пары, упражнение проводится сидя или стоя, договариваются, кто в паре первый будет клиентом, а кто будет играть роль «причины» вашего эмоционального выгорания. Клиент молча смотрит на свою «причину эмоционального выгорания» 3–5 минут, каждый в паре запоминает свои чувства, мысли при выполнении упражнения, потом обмениваются своими ощущениями сидя в общем кругу по очереди, после опять объединяются в пары, меняются ролями (клиент и «причина вашего эмоционального выгорания») смотрят друг на друга 3–5 минут запоминая свои чувства и мысли, Задание выполняется 10 минут, после чего идет групповая дискуссия. Ведущие дополняют ответы участников (Приложение 1).

Упражнение «Копилка ресурсов».

Цель: определение собственных ресурсов для предотвращения эмоционального выгорания.

Инструкция: методом мозгового штурма участникам предлагается ответить на вопрос: «Что вы можете сделать для себя, чтобы чувствовать себя хорошо и избежать эмоционального выгорания?».

Высказывания участников записываются на флипчарте.

Медитация.

Цель: поднять жизненный тонус, улучшить самочувствие, повысить настроение.

Инструкция: включить на выбор следующие произведения: П. И. Чайковский «Шестая симфония» 3 часть, Ф. Шопен «Прелюдия гор», Ф. Лист «Венгерская рапсодия № 2».

Примите удобную позу, закройте глаза, успокойтесь. Медленно мысленно произнесите слова: Я спокоен. Мои мышцы расслаблены... Я отдыхаю... Дышу спокойно. Мое сердце успокаивается... Оно бьется легко и ровно... Я совершенно спокоен. Моя правая рука расслаблена... Моя левая рука расслаблена... Руки расслаблены... Плечи расслаблены и опущены... Моя правая рука теплая... Моя левая рука теплая... Чувствую приятное тепло в руках... Моя правая рука тяжелая...

Моя левая рука тяжелая. Чувствую тяжесть рук... Расслаблены мышцы правой ноги... Расслаблены мышцы левой ноги... Мои ноги расслаблены... Мои ноги теплые... Приятное тепло ощущаю в ногах... Я отдыхаю... Мое тело расслаблено... Расслаблены мышцы спины... Расслаблены мышцы живота... Чувствую приятное тепло во всем теле... Мне легко и приятно... Я отдыхаю... Веки опущены... Расслаблены мышцы рта... Мой лоб прохладен... Я отдыхаю... Я спокоен... Чувствую себя отдохнувшим... Дышу глубоко... Потягиваюсь... Открываю глаза. Чувствую свежесть и прилив сил... Я бодр и свеж...»

Подведение итога практического занятия.

Психолог: «Наша встреча закончилась. Мы, надеемся, что вы смогли отдохнуть на нем, отключиться от своих проблем, а главное, от проблем, связанных с вашими детьми.

Обратная связь.

С какими чувствами уходите?

Назовите значимый ресурс, который поможет вам в преодолении эмоционального выгорания.

Приложение 4 к тренингу «Мудрость»

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ

«ОСНОВЫ ГАРМОНИЧНЫХ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ»

Актуальность – климат семьи оказывает воздействие на моральный климат и здоровье всего общества. Ребенок очень чутко реагирует на поведение взрослых и быстро усваивает уроки, полученные в процессе семейного воспитания. От того, как строятся отношения в семье, какие ценности, интересы выдвигаются у ее старших представителей на первый план, зависит, какими вырастут дети. Глубокие контакты с родителями создают у детей устойчивое жизненное состояние, ощущение уверенности и надежности. А родителям приносят радостное чувство удовлетворения. Как же сделать так, чтобы как можно большее количество семей были счастливы, чтобы ребенок гордился своей семьей, а семья радовалась успехам ребенка и гордилась им? В последние годы родители отдают приоритет занятиям с детьми, которые, как правило, направлены на развитие интеллектуальных и спортивных способностей малыша (чтение, изучение иностранного языка, спортивные секции и т. д.). Притязания родителей фокусируются на развитии интеллекта малышкой, выпуская из вида развитие эмоциональной сферы ребенка. При этом общая осведомленность родителей в вопросах воспитания детей остается недостаточной. Поэтому так важно донести до сознания родителей идею того, что в основе гармоничного развития личности ребенка лежит эмоциональное отношение к нему. Именно в первые три года жизни детей закладываются те установки, которые ребенок будет использовать в течение всей дальнейшей жизни. Психологами доказана негативная роль ранней депривации на дальнейшее психологическое развитие ребенка. Ранее под депривацией понимали лишь отсутствие у ребенка родителей или одного из них, ограниченность социальных контактов в ранние периоды развития. Эмоциональная депривация может проявляться и в полных семьях, где малыш чувствует себя одиноким, где ему уделяется недостаточно внимания. Если же взрослые на протяжении раннего возраста ребенка оказывают ему поддержку, искренне и доброжелательно общаются с ним, то в результате у него формируется чувство доверия к миру, привязанность к родителям и другим близким людям. Родители несут полную ответственность за то, какими вырастут их дети. Специалисты центра социальной помощи семье и детям «Зазеркалье» обеспечивают поддержку родителей в их родительской роли и профессиональную квалифицированную помощь по вопросам воспитания детей.

Цель: формирование у родителей представлений об эффективной модели воспитания.

Целевая группа: замещающие родители.

Длительность: 1,5 часа.

Форма работы: семинар-практикум.

Методы работы: упражнения, дискуссия.

Организационные и материально-технические условия: бейджики, флешкарты, набор маркеров, стулья, ручки, бумага.

Структура.

Представление ведущих, сообщение темы и цели тренинга.

Упражнение «Снежный ком».

Цель: познакомиться друг с другом, включиться в рабочий процесс.

Инструкция: участники по очереди называют свое имя и на первый звук своего имени называют ассоциацию, которая доставляет ему удовольствие. Следующий по кругу должен назвать предыдущих участников, а затем себя. Таким образом, каждый участник повторит имена всех участников.

Правила групповой работы:

- общение по принципу «здесь и сейчас»;
- высказывания от своего имени «Я думаю, я считаю...»;
- конфиденциальность всего происходящего в группе;
- недопустимость оценивания суждений членов группы;
- уважение говорящего и правило «Стоп».

Лекционная часть в форме дискуссии.

Формированию близких эмоциональных отношений с ребенком способствует выполнение совокупности определенных средств воздействия (и взаимодействия) на ребенка, которые имеют свои преимущества в использовании и в целом называется «Родительская пирамида воспитания». При ее рассмотрении можно заметить, что довольно часто она оказывается перевернутой с основания на вершину. Важно помнить, что любое строительство начинается с основания. И, прежде чем преступать к строительству, необходимо иметь план, проект, технологию. Чем ниже пласт, тем больше его должно быть в вашем ежедневном взаимодействии с ребенком. Если правильно применять нижние пласты пирамиды, то возможно, не понадобится прибегать к верхним пластам. Это позволит воспитать полноценную, развитую и адаптивную личность.

Пирамида родительского воспитания:

Игра, общение.

Похвала.

Награда.

Границы.

Пауза.

Последствия.

Первый и основной пласт в родительской пирамиде – игра и общение.

Играть и общаться с ребенком необходимо не просто часто, а постоянно.

Преимущества игры:

- в игре происходит обучение;
- ребенок усваивает социальные роли, формирует ролевое поведение;
- развивается воображение;
- есть возможность больше узнать ребенка, пронаблюдать его в спонтанной деятельности;
- устанавливаются отношения доверия и партнерство;
- реализуются фантазии;
- наступает чувство комфорта и спокойствия;

- ребенок учится договариваться;
- развиваются лидерские качества;
- игра – конструктивное дело.

Для того, чтобы игра и общение имели перечисленные эффекты, взрослому необходимо учитывать принципы, по которым происходит игра:

- соответствие возрасту и интересам ребенка;
- единые правила, выработанные вместе с ребенком;
- добровольность всех участников игры, общения;
- равноправие, партнерство;
- игра – это процесс, она должна иметь начало, середину и завершение;
- эмоциональность, вовлеченность взрослого в игру;
- позитивность.

Второй пласт – похвала.

Сразу за игрой и общением следует похвала, которая так же применяется без ограничений. Похвала – это словесное поощрение ребенка. Ребенка необходимо хвалить как можно чаще. Именно похвала стимулирует и мотивирует ребенка, формирует его уверенность в том, что он поступает правильно. Благодаря похвале складывается позитивная самооценка, формируется позитивное отношение к делу и к другим людям, появляется интерес. При развитой системе одобрения ребенок начинает положительно относиться к взрослому, сам учиться хвалить, чувствует себя нужным, ощущает свою значимость. И именно таким образом складывается модель положительного поведения.

Похвала строится на определенных принципах:

- своевременность похвалы (хвалить надо сразу же);
- искренность;
- похвалу всегда надо проговаривать, вербализовывать;
- при похвале выдерживать зрительный контакт на одном уровне;
- похвала за конкретные действия;
- похвала выражена позитивно;
- однозначность похвалы (без всяких, НО);
- похвалу усиливает присутствие зрителей.

Третий пласт – награда.

Награда – значимое эмоциональное событие, осуществление желаний ребенка, освобождение от обязанностей. Виды наград: сладости, игрушки, подарки, совместный досуг. Награда может иметь бонусную систему. С ребенком нужно проговорить условия награды. Награда может предоставляться за работу, обязанности, обучение, поступки, поведение.

Преимущества похвалы и награды:

- стимулирует позитивные изменения ребенка;
- подчеркивает значимость ребенка;
- повышает самооценку;
- формирует положительный образ и повышает статус среди сверстников;
- ребенок начинает стараться;
- появляются положительные эмоции;
- является шкалой изменений.

Принципы награждения, следующие:

- награда всегда дается после достижения по результату;
- необратимость награды (не забирать);

– условия получения и то, как ребенок будет распоряжаться наградой, следует обговаривать заранее, до вручения награды;

– награждение должно иметь церемонию, ритуал;

– награда должна соответствовать возрасту и поступкам.

Следующие три страта пирамиды уже следует использовать с осторожностью, применять дозировано, строго по необходимости.

Четвертый пласт – установление границ.

Это разделение ответственности и наличие правил в семье. Границы появляются в процессе социализации, изначально ребенок не имеет собственных границ и устанавливает те границы, с которыми сталкивается в окружении взрослых. Из-за множества и различности условий ребенок может не осознавать границы – неуправляемых и непредсказуемых детей часто называют невоспитанными. Примером для установления границ, прежде всего, служит взрослый. Именно поэтому следует соблюдать собственные правила. Границы всегда обоюсторонние. Если какие-либо границы уже построены, то сложно их изменить. Чтобы изменить границы у ребенка нужно изменить себя, убеждения, поведение, правила. Границы устанавливаются в процессе воспитания, который формирует характер. Отсутствие границ ведет к серьезным проникновениям в пространство другого человека – гиперопека, слияние ребенка и родителя, отсутствие самостоятельности. Слишком жесткие границы ведут к высокому уровню дистанции, отсутствию близких отношений, сниженный контроль над ребенком.

Преимущества установления границ:

– есть предсказуемость ситуации;

– безопасность;

– успешная социализация;

– самоорганизация;

– ответственность за себя;

– власть над собой;

– самостоятельность.

Принципы установления границ:

– равноправие, соблюдение границ всеми;

– условия выполнения, четкость границ;

– границы должны соответствовать возрасту по количеству и содержанию;

– границы временные, подвижные, с указанным сроком;

– границы единые, не противоречащие друг другу;

– границы должны обеспечивать связь между системами (родительская, сиблинговая, супружеская – в семье).

Правила эффективных указаний:

– необходимо давать по одному указанию, давать время на осмысление и спрашивать, как понял. Чем младше ребенок, тем подробнее должно быть указание;

– указание должно быть конкретным;

– давать указания всегда спокойным голосом;

– указание должно соответствовать возрасту;

– давать указания в непротиворечивой форме;

– указания должны быть законченными;

– запрещается ребенка критиковать;

– быть позитивным;

– проговаривать, как именно выполнять указание;

– проследить, чтобы указание было выполнено;

– хвалить!

Пятый пласт пирамиды – пауза (игнорирование).

Игнорирование – не обращать внимания на отрицательные действия ребенка: перерыв или пауза, которые даются ребенку, чтобы он успокоился. После чего можно вернуться к нужному разговору.

Шестой пласт – последствия.

У ребенка должно сложиться понимание, что в определенном случае будут определенные последствия. Последствие (наказание) – это лишение чего-либо хорошего, вместо привнесения чего-либо плохого. Хорошее, что уже было или имело возможность быть. Взрослые (родители) при этом должны оставаться любящими, показывать ребенку, что он дорог! Ни в коем случае нельзя допускать оскорбление личности.

Если родители часто прибегают к последствиям, то необходимо разобраться в ситуации и вернуться на первый пласт «игра, общение».

Подведение итога практического занятия.

Психолог: «Наша встреча закончилась. Мы, надеемся, что вы получили полезную информацию, нашли ответы на свои вопросы.»

Обратная связь.

Упражнение по кругу: с какими чувствами уходите? Что необходимо предпринять по выработке положительных качеств в поведении у ребенка?

Приложение 5 к тренингу «Мудрость»

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА»

Актуальность – подростковый период развития ребенка, последняя возможность повлиять на формирование его личности и характера. Именно в это время происходит формирование собственного образа «Я». В современных исследованиях выявлена прямая зависимость влияния семьи на особенности развития личности ребенка. Каким будет ребенок – во многом зависит от родительской компетентности, от того насколько мама и папа знают и применяют технологии эффективного взаимодействия с ребенком, воспитания и развития. Для того чтобы быть успешными замещающими родителями, необходимо знать основы возрастной психологии, уметь выстраивать систему воспитания в семье, владеть технологиями взаимодействия с ребенком, а также широким арсеналом средств действия в конкретных ситуациях. Психологическая грамотность родителя во многом выступает залогом успешности ребенка и гармоничности отношений в семье. Вместе с тем, незнание родителями особенности подросткового возраста зачастую приводит к серьезным трудностям подростков – они становятся тревожными, агрессивными, перестают слушаться родителей, начинают конфликтовать с ними, а порой даже уходят из дома.

В связи с этим было разработано тренинговое занятие для родителей «Особенности подросткового возраста», направленное на получение замещающими родителями информации о физиологических и психологических изменениях ребенка в период взросления.

Концептуальной особенностью тренингового занятия является повышение грамотности замещающих родителей.

Цель: оптимизация взаимодействия подростков и родителей в замещающей семье.

Задачи:

1) знакомство замещающих родителей с физиологическими и психологическими особенностями подросткового возраста ребенка;

2) повышение родительской компетенции;

3) улучшение детско-родительских отношений.

Целевая группа: родители, замещающие родителей.

Длительность: 1,5 часа.

Методы: лекция, практические упражнения, мозговой штурм, групповая дискуссия, ролевая игра, тематический опрос, рефлексия.

Организационные и материально-технические условия: бумага форматом А4, А1, цветная бумага, магнитофон, аудио диски, флешкарты, набор маркеров, ножницы, иголки, стулья, столы, ручки, бумажный скотч.

Ход занятия.

Представление ведущих, сообщение темы и цели практического занятия.

Упражнение: «Три вопроса?».

Цель: знакомство, актуализация собственных целей.

Инструкция: участникам предлагается ответить на три вопроса: Как вас зовут? С какими чувствами пришли? Что хотите получить от встречи?

Правила групповой работы, участникам предлагается их дополнить и принять.

- Общение по принципу «здесь и сейчас».
- Предложения должны звучать именно от себя (например, «Я думаю, я считаю...»).
- Конфиденциальность всего происходящего в группе.
- Недопустимость оценочных суждений членов группы.
- Уважение говорящего и правило «Стоп».
- Активное участие в межличностном взаимодействии между членами группы.

Упражнение «Особенности подросткового возраста».

Инструкция: группа делится на две подгруппы, каждой подгруппе дается задание. Первая подгруппа отвечает на вопрос: какие физиологические изменения происходят в подростковом возрасте? Вторая подгруппа отвечает на вопрос: какие психологические изменения происходят в подростковом возрасте? Задание выполняется 10 минут, после чего идет групповая дискуссия. Ведущие дополняют ответы участников (Приложение 1).

Упражнение «Поведение-мишень».

Цель: определение трудностей плохого поведения ребенка в замещающей семье.

Инструкция. Лист бумаги делится на две части. В первой части вписываются отрицательное поведения вашего ребенка на сегодняшний день: «Подросток – Реальный», а в левой части вписываются желаемое поведение вашего ребенка «Подросток – Идеальный». Затем выделяются наиболее важные и серьезные проблемы у ребенка (анализируются родителями). Задание выполняется 5–10 минут, после чего каждый участник по кругу отвечает на следующие вопросы: что меня беспокоит в поведении моего ребенка (конкретно)? как я именно реагирую на эту ситуацию? каковы результаты моих усилий?

Упражнение «Практические задачи».

Инструкция: Группа делится на три подгруппы, каждой подгруппе дается практическая задача (Приложение 2) с вопросами: причины поведения ребенка? что помочь изменить ситуацию? Задание выполняется 5 минут, после чего идет групповая дискуссия. Ведущие занятия дополняют ответы участников.

Подведение итога практического занятия

Психолог: «Наша встреча закончилась. Мы, надеемся, что вы получили полезную информацию, нашли ответы на вопросы, связанные в воспитание подростков.»

Обратная связь: «С какими чувствами уходите? Что необходимо предпринять по выработке положительных качеств в поведении у ребенка?».

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

Особенности подросткового возраста связаны не только с переходом личности на новый уровень развития, но и с бурными физиологическими изменениями. Половое созревание и неравномерное физиологическое развитие определяют многие поведенческие реакции подростка. Родителям важно учитывать эти факторы, что поможет лучше понимать ребенка.

Основные особенности физиологического развития подростка связаны с половым созреванием и быстрым физическим ростом. У ребенка наблюдается резкое изменение роста, веса и пропорций тела, формируются вторичные половые признаки. У девочек начинаются менструации, у мальчиков – рост волос на лице и теле, «ломка» голоса.

Быстрая перестройка организма провоцирует эмоциональную неустойчивость и резкие колебания настроения. У мальчиков период наибольшей эмоциональной нестабильности приходится на возраст от 11 до 13 лет, у девочек с 13 до 15 лет.

Отдельная проблема подросткового возраста проявляется в виде угловатости, которая связана с неравномерным ростом (сначала вырастают кисти рук и стопы, потом конечности, и только после этого – туловище). Многие подростки становятся неуклюжими, в связи с этим у них появляются серьезные комплексы.

Психологические особенности. Основные особенности психологического развития подростков связаны с изменением ведущей деятельности и социального статуса. Эти перемены характеризуются несколькими особенностями. Ведущей деятельностью подростка становится общение со сверстниками, а взаимоотношения с родителями и родственниками отодвигаются на второй план.

В результате этих изменений в подростковом возрасте резко падает авторитет взрослых и возрастает значимость мнения сверстников. Общение с ровесниками дает ребенку возможность лучше познать себя через сходство с другими, а также позволяет сформировать нормы поведения в обществе.

У подростка возникает потребность в принадлежности к какой-либо группе. Обычно такие группы отличаются специфическими формами поведения, имеют собственные нормы и установки. Внешне они противоречат нормам, которые установлены взрослыми. Смена интересов обычно плохо отражается на школьной успеваемости, поэтому родители пытаются ограничить ребенка в общении со сверстниками, что также порождает конфликты.

Общие признаки подросткового возраста.

Общение со сверстниками.

Стремление к взрослости.

Поиск себя (идентичность).

Бурные изменения в физиологии и внешнем облике. Половое созревание.

Потребность в обособлении.

Развитие самосознания, самоуправления и самоконтроля.

Повышенная интеллектуальная активность.

Появление избирательности и самостоятельности в учении.

Противоречия.

Осознание своего «Я» и утверждение во взрослом мире.

Тенденция к самостоятельности и потребность в ее признании.

Увеличение социальной ответственности.

Потребность в самоопределении и самореализации.

Потребности быть принятым, признанным и уважаемым коллективом сверстников.

Восприятие становится избирательным, целенаправленным, анализирующим.

Приложение 2 к практическому занятию

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАЧКИ

1. Полгода назад мы взяли из детского дома мальчика 12 лет. Он был такой грустный, несчастный. Прошло три месяца. Он ужасно себя ведет, грубит, не слушается и не чувствует к нам никакой благодарности.

Причины поведения ребенка.

Что поможет изменить ситуацию?

2. «Однажды я подняла матрац своего 13-летнего приемного сына и просто остолбенела. Под ним лежали засохшие куски хлеба и какой-то другой еды. Потом я нашла припрятанные куски в его шкафчике. Можно подумать, что мы его не кормим. Что у нас ничего нет или мы ему запрещаем что-то брать из еды. Ест он больше, чем мы все вместе. Мне иногда даже страшно становится: сколько может мальчик съесть».

Причины поведения ребенка?

Что поможет изменить ситуацию?

3. Наташа пришла к нам в семью 10-летней девочкой. Сейчас ей 14 лет. И я часто не знаю, что с ней делать. Она требует, чтобы ее отпустили вечером гулять с подружками. То просит позволить ей ночевать у подружки. Откуда я знаю, что они будут там делать. Может, у них там будет вино или еще что-нибудь. И такая она приставучая. Как зарядит: пусти да пусти. Если не отпускаю, отказывается есть, плачет, обижается. Я же отвечаю за Наташу, а вдруг с ней что-нибудь случится. Ее мама спилась, папа сидит. Где гарантия, что она не станет такой».

Причины поведения ребенка?

Что помочь изменить ситуацию?

Приложение 6 к тренингу «Мудрость»

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ

«ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ»

Актуальность.

Актуальность данной темы «Подростковый суицид» обусловлена рядом причин: во-первых, ускорился темп нашей жизни, не всегда психика человека успевает за подобными изменениями (т. е. происходит перегрузка психики), во-вторых, по социальным причинам, утратилась взаимосвязь родителей и детей (т. к. большинство родителей вынуждены работать на нескольких работах чтобы обеспечить семью, при этом мало времени уделяя своим детям, таким образом, нарушая воспитательную функцию семьи), в-третьих, сам подростковый возраст как «кризисное» или «маргинальное» состояние, в-четвертых, российское общество не готово, как правило, обращаться за квалифицированной психологической помощью в трудных жизненных ситуациях. В результате всего этого возникает своеобразный суицидальный алгоритм: «Эмоциональная холодность родителей или сверстников → не понимание окружающих → возникновение внутреннего конфликта → возникновение кризисной ситуации → выход из ситуации либо конструктивный (разрешение ситуации), либо деструктивный (алкоголизм, наркомания, игромания, суицид и пр.)».

Суицид коснулся не только жизнью взрослого населения, но и молодежи, детей. Наиболее чувствительным к подобного рода изменениям является подростковый возраст, который протекает под знаком биопсихосоциальной эволюции. В этот короткий, по астрономическому времени, период подросток проходит великий путь в своем развитии: через внешние срывы и восхождения он обретает чувство личности. Данный возраст представляет собой период особой концентрации конфликтов, зачастую приводящих к поведенческим отклонениям, включая суицид.

По данным ВОЗ за последние 45 лет показатели распространенности суицида увеличились на 60%, и сегодня по причине суицида каждый год умирает почти один миллион человек. Это выражается общим мировым показателем 16 человек на 100 тысяч населения и ставит суицид на десятое место среди ведущих причин смерти во всем мире, а в возрастной категории от 15 до 44 лет это одна из трех ведущих причин смерти. Масштабы проблемы станут еще более значительными, если прибавить к этим показателям число попыток самоубийства, поскольку случаев суицидальных попыток в 20 раз больше, чем случаев завершеного суицида. Очень высоким остается уровень самоубийств среди подростков (порядка 16 случаев на 100 тысяч человек, почти втрое больше, чем в других странах). Хуже всего ситуация обстоит в Сибири и на Дальнем Востоке: происходит 30 самоубийств на 100 тысяч населения. Этот показатель в полтора раза выше критического уровня, который обозначила Всемирная организация здравоохранения.

По данным Росстата, частота суицидальных действий среди молодежи в течение последних двух десятилетий удвоилась, а количество детей и подростков, покончивших с собой, составляет 16 % от общего числа умерших от неестественных причин. За последние 5 лет самоубийством покончили жизнь 14 157 несовершеннолетних, ежегодно погибает около 2800 детей и подростков в возрасте от 5 до 18 лет (эти случаи не учитывают число попыток суицида). Суицид является второй причиной смертности молодых людей (после несчастных случаев) в возрасте от 15 до 18 лет. Мысли о самоубийстве возникают у 30 % лиц в возрасте от 14 до 24 лет, а, по прогнозам исследователей, в последующие 10 лет число суицидов будет расти еще быстрее, особенно у подростков в возрасте от 10 до 14 лет.

Поэтому актуальность выбранной нашей темы практического занятия не вызывает сомнений, о необходимости повышения эффективности профилактической работы с подростками с суицидальными проблемами и организация эффективных профилактических мер позволит снизить риск возникновения суицидального поведения в подростковом возрасте. А это является одним из ключевых моментов, требуемых для построения здорового полноценного общества, способного к самореализации и саморазвитию.

Цель: оказание профилактической помощи родителям по проблемам подросткового суицида.

Задачи:

1. Расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида
2. Предоставить возможность задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребенком

Приветствие.

По кругу участник называет имя и отвечает на вопрос: актуальна ли данная тема?

Дискуссия о причинах подросткового суицида.

Информация.

Каждому из нас природа подарила бесценный дар – жизнь. Мы редко над этим задумываемся. А радость и ощущение полноты жизни мы обычно связываем с внешними проявлениями и обстоятельствами. Например, что-то нам подарили или чего-то нас лишили. Заложило нос при насморке – почувствовали, как здорово вдохнуть воздух всей грудью. Заболела нога – оценили чудесную возможность двигаться. Иногда мы оказываемся в какой-то ситуации, даем волю своим эмоциям, и нам кажется, что жить не хочется.

Сейчас я попрошу вас посередине листочка нарисовать круг и написать в нем фразу «жить не хочется». Ведущий пишет на доске. Назовите слова, которые могут ассоциироваться с этой фразой. (Горе, обида, злость, смерть и т. д.) А теперь попробуйте представить разные причины, почему человеку не хочется жить. Случаи, когда у вас, может быть, на душе было плохо, обидно, горько.

Запишите ситуации и обведите их, придайте им форму, например, облака. Кто хочет прочитать свои ситуации? Ведущий может записывать их на доске.

Обсуждение.

3. Мозговой штурм «Какие мотивы ведут подростка к суициду?». Обсуждение в группах.

Возможные ответы:

- Ссора с друзьями. Причем ссора может быть из-за абсолютного пустяка.
- Расставание с любимым человеком или его измена. В подростковом возрасте дети уверены, что первая любовь – это навсегда и относится к ней крайне серьезно.
- Смерть кого-либо из близких родственников.
- Частое попадание ребенка в стрессовые ситуации.
- Сложная психологическая обстановка в семье – ссоры с родителями, скандалы родителей между собой, их развод.
- Затяжное депрессивное состояние подростка.
- Проблемы ребенка с наркотиками. Как правило, наркотическая зависимость влечет за собой финансовые проблемы и проблемы с правоохранительными органами.
- Игровая зависимость и зависимость от Интернета.
- Насилие в семье. Зачастую подросток считает себя виноватым в происходящем и боится рассказать взрослым о происходящем.
- Подростковая беременность. Беременность девочки подростка становится поводом для суицида примерно в 21% всех случаев.

Просмотр роликов на тему «Причины подросткового суицида». Обсуждение.

Все эти причины объединяет одна самая глубокая: неумение почувствовать себя равноправными членами подростковой общности. Первая причина и самая основная - непонимание. Как научиться понимать подростка? Как вовремя распознать его душевное состояние? Как удержать от неверного шага? Эти вопросы волнуют учителей и вас, родителей. Найти на них ответы – и есть главная цель.

Попытка самоубийства – это крик о помощи, обусловленный желанием привлечь внимание к своей беде или вызвать сочувствие у окружающих. Поднимая на себя руку, ребенок прибегает к последнему аргументу в споре с родителями. Он нередко представляет себе смерть как некое временное состояние: он очнется, и снова будет жить. Совершенно искренне желая умереть в невыносимой для него ситуации, он в действительности хочет лишь наладить отношения с окружающими. Здесь нет попытки шантажа, но есть наивная вера: пусть хотя бы его смерть образумит родителей, тогда окончатся все беды, и они снова заживут в мире и согласии.

Приведем несколько примеров.

Сознание собственной правоты и непогрешимости делает родителей поразительно нетерпимыми, неспособными без оценок, без суждения и поучения просто любить и поддерживать ребенка. Упрекая его, родители произносят порой слова настолько злобные и оскорбительные, что ими поистине можно убить. Они при этом не думают, что безобразным своим криком буквально толкают его на опасный для жизни поступок.

Пятнадцатилетняя девочка после ожога пищевода (она выпила бутылку ацетона во время скандала с матерью) рассказывала: «Я была готова на все, лишь бы заставить ее замолчать, я даже выговорить не могу, как она меня обзывала». Девочка не собиралась умирать. А годы скитания по хирургическим отделениям, тяжелые операции и погубленное на всю жизнь здоровье – это цена неумения и нежелания матери держать себя в руках, когда ей показалось, что дочка слишком ярко накричалась.

Восьмилетний мальчик, который пытался повеситься на собственных колготках, но вовремя был вынут из петли, рассказывал, что решился умереть потому, что не было никакой другой возможности убедить родителей не отправлять его детский дом. Родители, впрочем, этого делать не собирались: его просто пугали – очень уж часто на него жаловались в школе. «Понимаете, – говорит мальчик, – иначе на них подействовать было невозможно. Я уж и прощения просил, и ревел, и ругался, и скандалил, – не слышат, и все. В детский дом, говорят, сдадим – будешь знать». – «И ты решил умереть? А что это такое, по-твоему, – умереть? Что потом будет?». – «Ну, если я умру, мама тогда уже точно поймет, что в детский дом меня сдавать нельзя, и все будет хорошо». – «Когда?» – «Когда смерть кончится».

Что же происходит с родителями, если собственный ребенок не может их дозваться? Отчего они так глухи, что сыну пришлось лезть в петлю, чтобы они услышали его крик о помощи?

Зачастую трагедии можно избежать. Профилактика детского суицида зачастую помогает избежать самого страшного – смерти ребенка. Главное, что для этого необходимо – это внимание родителей к изменениям, происходящим в поведении ребенка. Зачастую первыми тревожными звонками могут стать сущие пустяки – фраза, оброненная якобы случайно, либо что-то еще.

Теоретическая информация о суициде.

Дети до 11 лет реальных попыток уйти из жизни почти не делают. Однако это совсем не означает, что их не посещают трагические фантазии в минуты глубочайшего отчаяния. Вот, например, жалобы Маргариты, мамы шестилетней Ирины: Иногда, настаивая на своих желаниях, она откровенно нас шантажирует, заявляя что-нибудь типа: «Вот превращусь в капельку и испарюсь, и тогда Меня у вас не будет!». А с некоторых пор арсенал ее угроз стал более жестким и реальным: «Вот засуну голову в газовую духовку – будете тогда знать...»; «выброшусь с балкона»; «брошусь под машину».

Пик суицидной активности (насильственного прекращения жизни) приходится на старший подростковый возраст (14–16 лет). Многие специалисты даже считают, что суициды – это типичная реакция подростков на кризисные ситуации в их жизни – непонимания.

Психолог возвращает, родителей к обсуждению отношений с подростками в семье. Кто же, как не родители способны распознать, понять и помочь своему ребенку? Давайте ответим с вами на некоторые вопросы, которые помогут увидеть и отразить картину взаимоотношений с вашим ребенком.

Ознакомление с возрастными особенностями личности подростков.

Психолог доносит до родителей, что подростковый возраст очень сложен и опасен.

«...Наполненный энергией, одержимый возникшей потребностью в независимости и взрослости, полный ожиданий будущих успехов в большой жизни, подросток проходит через тяжкие испытания в поисках собственного пути в новом для него мире. А если учесть при этом, что проторенных путей не бывает, можно легко понять то любопытство и ту тревогу, которые вызывают подростки у родителей.

Родители должны понимать и внезапные перемены настроения подростка, и странные на первый взгляд увлечения, и эксцентричное поведение, и новый лексикон, и порой заведомо неудачные начинания.

Чтобы успешно пережить все злоключения подросткового возраста, и родителям, и подросткам нужно хорошо представлять, как выходить из критических ситуаций. Постоянно возникающие проблемы, которые необходимо решать, требуют от подростка больших усилий, порой сопряженных с риском.

Нельзя быстро и без труда разрешить все проблемы подросткового возраста. Родители должны набраться терпения и продолжать работать, разговаривать и любить друг друга. В этот период каждый в семье начинает по-новому видеть окружающих, все должны как бы заново познакомиться друг с другом. Пройдете ли вы этот этап с наименьшими потерями, будет зависеть от того, что преобладает в семье – любовь или страх.

Разрешение и серьезных и пустяковых проблем зависит от того, известны ли нам подходящие алгоритмы их решений. Если мы знаем выход из ситуации – половина дела уже сделана. Чтобы снять повышенную тревожность, родителям стоит понаблюдать за подростком...».

Взрослые должны желать помочь ребенку в его трудной жизненной ситуации. Многие родители стремятся к этому, но недостаточные навыки общения с подростком и недостаток знаний делают их беспомощными перед проблемами подростка.

Подростковый период будет считаться успешно завершенным только в том случае, если подросток сможет, когда надо, проявлять независимость, чувствовать общность с другими людьми, иметь развитое чувство самооценки и хорошо представлять себе, как правильно поступить в том или ином случае.

Можно считать, что подростковый период завершился успешно, если человек входит в мир взрослых с чувством собственного достоинства, обладая способностью устанавливать близкие отношения с людьми, умением отвечать за свои поступки. Конец подросткового возраста – это начало взрослой жизни.».

7. Мифы и факты. Дискуссия.

Заполнить таблицу, что относится к мифу, что – к фактам. Обсуждение в группах.

Таблица 9

Миф	Факт
-----	------

- Если человек говорит о самоубийстве, он просто хочет привлечь к себе внимание.
- Говорящий о самоубийстве переживает психическую боль и таким образом «кричит» о помощи и ставит в известность о своей боли людей.
- Настоящее самоубийство случается без предупреждения.
- Примерно 8 из 10 человек подают окружающим предупреждающие знаки о грядущем поступке.
- Самоубийство – явление наследуемое, значит, все равно ничем не поможешь.
- Оно не передается генетически. Человек лишь использует аутоагрессивные (агрессию, направленную на себя) модели поведения, если они существуют в семье или значимом окружении.
- Те, кто кончает с собой, психически больны, значит им нельзя помочь.
- Многие совершающие самоубийства не страдают никаким психическим заболеванием.
- Разговоры о суициде могут способствовать его совершению. Лучше избегать этой темы.
- Разговор о самоубийстве не является его причиной, но может стать первым шагом предупреждения суицида.
- Если человек в прошлом совершил суицидальную попытку, то больше подобное не повторится, так что опасность позади, можно не заботиться об этом.
- Очень многие повторяют эти действия вновь и вновь и достигают желаемого результата.
- Покушающийся на самоубийство желает умереть, поэтому помочь ему нельзя. Это их дело.
- Большинство людей хотят избавиться от невыносимой душевной боли и не видят другого выхода, поэтому перед суицидальными действиями они часто обращаются за помощью. Иногда они прямо говорят о самоубийстве, а иногда говорят о невыносимом страдании, о бессмысленности жизни, о вине, о бессилии и т. п.

– Все самоубийства импульсивны, их нельзя предвидеть и предупредить
– Большинство людей вынашивает свои планы, прямо или косвенно сообщая о них окружающим.

– Все самоубийцы – депрессивные люди, поэтому помочь им может только врач.

– Не все, покушающиеся на свою жизнь, страдают депрессией. Практически самоубийство может быть совершено любым человеком, любого типа характера, с любыми наклонностями.

Факторы, свидетельствующие о том, что возможен детский и подростковый суицид:

1. Разговоры ребенка о самоубийстве, нездоровые фантазии на эту тему, акцентирование внимания на эпизодах суицидов в фильмах, новостях.

2. Появление у ребенка литературы о суицидах, просмотр соответствующей информации в Интернете.

3. Попытки ребенка уединиться. Стремление к одиночеству, отказ от общения не всегда свидетельствует о предрасположенности к самоубийству, но всегда говорит о моральном дискомфорте ребенка.

4. Разговоры и размышления ребенка о том, что он абсолютно никому не нужен, что в том случае, если он исчезнет, его никто не будет искать, и даже не заметит его отсутствия. Ни в коем случае не оставляйте такие заявления без внимания и не подшучивайте над ними. Постарайтесь выяснить причину подобного настроения и убедить ребенка в противоположном.

5. Даже музыка или живопись могут послужить симптомами для родителей о том, что что-то не так. Обращайте внимание на то, какую музыку слушает ваш ребенок.

6. Тщательно маскируемые попытки ребенка попрощаться с вами – непривычные разговоры о любви к вам, попытки закончить все свои дела как можно быстрее.

7. Дарение своих любимых и наиболее ценных вещей, с которыми он раньше не расставался, друзьям.

В том случае, если хоть что-то в поведении вашего ребенка вам показалось странным, либо тревожным, немедленно бросайте все свои дела и старайтесь практически все время проводить рядом с ребенком до тех пор, пока не будете твердо уверены в том, что суицидальное настроение вашего ребенка ушло без следа. Если же вы не в состоянии самостоятельно справиться с существующей проблемой, не стесняйтесь и немедленно обращайтесь за помощью к детским психологам или даже психиатрам.

9. Упражнение «Нужные слова».

Задание: заполнить таблицу (в группах) в процессе выполнения упражнения ведущий способствует обсуждению и анализу различных мнений по каждому утверждению и нахождению реальных жизненных, литературных примеров. При этом строго соблюдается принцип безоценочности высказываний.

Таблицу раздать. Разделить на группы. 10 минут отводится на подготовку.

Обсуждение. Рефлексия. Правильные фразы.

Суть любой поддержки человека, находящегося в этой ситуации депрессии, когда этот фундамент смысла жизни из-под ног ушел, – дать ему другой, вернуть почву, вернуть ощущение «нужности» и необходимости того, что он в этом мире кому-то нужен. Покажите, что вы его любите. «Кто в мире будет принимать и любить меня и принимать просто за то, что я есть, вне зависимости от поступков, которые я совершаю, от слов, которые употребляю, от того, как веду себя, если не мои собственные мама и папа, кому еще я нужен в этом мире так сильно».

Завершение занятия. Рефлексия.

Ведущий подводит итог занятию: «Каждый из нас сегодня сделал шаг к лучшему. Давайте поднимемся, возьмемся за руки, закроем глаза, почувствуем тепло, передадим друг другу импульс

добра и радости и мысленно произнесем добрые пожелания кому-либо из группы или группе в целом. Помните: «Счастье – это когда тебя понимают».

Памятка для родителей (законных представителей) (Приложение 2).

Приложение 1 к занятию
Таблица 10

НУЖНЫЕ СЛОВА

№ п/п	Если вы слышите	Обязательно скажите	Никогда не говорите
1.	Ненавижу учебу, класс...	Что у нас происходит, из-за чего ты себя так чувствуешь?	Когда я был в твоём возрасте. Да ты просто лентяй
2.	Все кажется таким безнадежным...	Иногда все мы чувствуем себя подавленными. Давай подумаем, какие у нас проблемы и какую из них надо решить в первую очередь	Подумай лучше о тех, кому еще хуже, чем тебе
3.	Всем было бы лучше без меня!	Ты очень много значишь для нас, и меня беспокоит твоё настроение. Скажи мне, что происходит.	Не говори глупостей. Давай поговорим о чём-нибудь другом.
4.	Вы не понимаете меня!	Расскажи мне, как ты себя чувствуешь. Я действительно хочу это знать.	Кто же может понять молодежь в наши дни. Никому не нужны чужие проблемы.
5.	Я совершил ужасный поступок...	Давай сядем поговорим об этом.	Что посеешь, то и пожнешь.
6.	А если у меня не получится?	Если не получится, мы подумаем, как это сделать по-другому.	Если не получится — значит, ты недостаточно постарался!

Приложение 2 к занятию

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)

1. Подбирайте ключи к разгадке суицида. Профилактика суицидального поведения состоит не только в заботе и участии друзей, но и в способности распознать признаки грядущей опасности. Знание педагогов и родителей о ее принципах и стремление обладать этой информацией может спасти чью-то жизнь, разрушить мифы и заблуждения, из-за которых не предотвращаются многие суициды.

Основными признаками возможной опасности являются:

- суицидальные угрозы, предшествующие попытки самоубийства;
- депрессии, значительные изменения поведения или личности ребенка;
- приготовления к последнему волеизъявлению;
- проявления беспомощности и безнадежности, одиночество и изолированность.

2. Примите суицидента как личность. Иногда соблазнительно отрицать возможность того, что кто-либо может удержать ребенка от суицида. Именно поэтому тысячи людей – всех возрастов, рас и социальных групп – совершают самоубийства. Допустите возможность, что человек действительно является суицидальной личностью. Не считайте, что он не способен и не сможет решиться на самоубийство. Не позволяйте другим вводить вас в заблуждение относительно несерьезности конкретной суицидальной ситуации. Если вы полагаете, что кому-либо угрожает опасность самоубийства, действуйте в соответствии со своими собственными убеждениями. Опасность, что вы растеряетесь, преувеличив потенциальную угрозу, – ничто по сравнению с тем, что кто-то может погибнуть из-за вашего невмешательства.

3. Установите заботливые взаимоотношения. Не существует всеохватывающих ответов на такую серьезную проблему, какой является самоубийство. Но вы можете сделать гигантский шаг вперед, если станете на позицию уверенного принятия отчаявшегося человека. В дальнейшем очень многое зависит от качества ваших взаимоотношений. Их следует выражать не только словами, но и

невербальной эмпатией; в этих обстоятельствах уместнее не морализирование, а поддержка. Вместо того чтобы страдать от самоосуждения и других переживаний, тревожная личность должна постараться понять свои чувства. Для человека, который чувствует, что он бесполезен и нелюбим, забота и участие отзывчивого человека являются мощными ободряющими средствами.

4. Будьте внимательным слушателем. Суициденты особенно страдают от сильного чувства отчуждения. В силу этого они бывают не настроены принять ваши советы. Гораздо больше они нуждаются в обсуждении своей боли и того, о чем говорят: «У меня нет ничего такого, ради чего стоило бы жить». Если человек страдает от депрессии, то ему нужно больше говорить самому, чем беседовать с ним. У вас может появиться растерянность, обида или гнев, если человек не ответит немедленно на ваши мысли и потребности. Понимание, что у того, о ком вы заботитесь, существует суицидальная настроенность, обычно вызывает у помощника боязнь отвержения, нежеланности, бессилия или ненужности. Несмотря на это, помните, что этому человеку трудно сосредоточиться на чем-то, кроме своей безысходности. Он хочет избавиться от боли, но не может найти исцеляющего выхода. Если кто-то признается вам, что думает о самоубийстве, не осуждайте его за эти высказывания. Постарайтесь по возможности остаться спокойным и понимающим. Вы можете сказать: «Я очень ценю твою откровенность, ведь для того, чтобы поделиться своими чувствами, сейчас от тебя требуется много мужества». Вы можете оказать неоценимую помощь, выслушав слова, выражающие чувства этого человека, будь то печаль, вина, страх или гнев. Иногда, если вы просто молча посидите с ним, это явится доказательством вашего заинтересованного и заботливого отношения. Нужно развивать в себе искусство «слушать третьим ухом». Под этим подразумевается проникновение в то, что «высказывается» невербально: поведением, аппетитом, настроением и мимикой, движениями, нарушениями сна, готовностью к импульсивным поступкам в острой кризисной ситуации. Несмотря на то, что основные предвестники самоубийства часто завуалированы, тем не менее, они могут быть распознаны восприимчивым слушателем.

5. Не спорьте. Сталкиваясь с суицидальной угрозой, друзья и родственники часто отвечают: «Подумай, ведь ты же живешь гораздо лучше других людей; тебе бы следовало благодарить судьбу». Этот ответ сразу блокирует дальнейшее обсуждение; такие замечания вызывают у несчастного и без того человека еще большую подавленность. Желая помочь таким образом, близкие способствуют обратному эффекту. Можно часто встретить и другое замечание: «Ты понимаешь, какие несчастья и позор ты навлечешь на свою семью?». Ни в коем случае не проявляйте агрессию, если вы присутствуете при разговоре о самоубийстве, и постарайтесь не выражать потрясения тем, что услышали. Вступая в дискуссию с подавленным человеком, вы можете не только проиграть спор, но и потерять его самого.

6. Задавайте вопросы. Если вы задаете такие косвенные вопросы, как: «Я надеюсь, что ты не замыслишь самоубийства?», – то в них подразумевается ответ, который вам бы хотелось услышать. Если близкий человек ответит: «Нет», – то вам, скорее всего, не удастся помочь в разрешении суицидального кризиса. Лучший способ вмешаться в кризис, это заботливо задать прямой вопрос: «Ты думаешь о самоубийстве?» Он не приведет к подобной мысли, если у человека ее не было; наоборот, когда он думает о самоубийстве и, наконец, находит кого-то, кому небезразличны его переживания, и кто согласен обсудить эту запретную тему, то он часто чувствует облегчение, и ему дается возможность понять свои чувства. Следует спокойно и доходчиво спросить о тревожащей ситуации, например: «С каких пор ты считаешь свою жизнь столь безнадежной?», «Как ты думаешь, почему у тебя появились эти чувства?», «Есть ли у тебя конкретные соображения о том, каким образом покончить с собой?», «Если ты раньше размышлял о самоубийстве, что тебя останавливало?». Чтобы помочь суициденту разобраться в своих мыслях, можно иногда перефразировать, повторить

наиболее существенные его ответы: «Иными словами, ты говоришь...» и т.п. Ваше согласие выслушать и обсудить то, чем хотят поделиться с вами, будет большим облегчением для отчаявшегося ребенка, который испытывает боязнь, что вы его осудите, и готов к тому, чтобы уйти.

7. Не предлагайте неоправданных утешений. Одним из важных механизмов психологической защиты является рационализация. После того, что вы услышали от кого-то о суицидальной угрозе, у вас может возникнуть желание сказать: «Нет, ты так на самом деле не думаешь!». Для этих умо-заклучений зачастую нет никаких оснований за исключением вашей личной тревоги. Причина, по которой суицидент посвящает в свои мысли, состоит в желании вызвать обеспокоенность его ситуацией. Если вы не проявите заинтересованности и отзывчивости, то депрессивный подросток может считать суждение типа: «Ты на самом деле так не думаешь», – как проявление отвержения и недоверия. Если вести с ребенком беседу с любовью и заботой, то это значительно снизит угрозу самоубийства. В противном случае его можно довести до суицида банальными утешениями как раз тогда, когда он отчаянно нуждается в искреннем, заботливом и откровенном участии в его судьбе. Суицидальные подростки с презрением относятся к замечаниям типа: «Ничего, ничего, у всех есть такие же проблемы, как у тебя», – и другим аналогичным клише, поскольку они резко контрастируют с их мучениями. Эти выводы лишь минимизируют, уничижают их чувства и заставляют ощущать себя еще более ненужными и бесполезными.

8. Предложите конструктивные подходы. Вместо того, чтобы говорить суициденту: «Подумай, какую боль принесет твоя смерть близким», – попросите поразмыслить об альтернативных решениях, которые, возможно, еще не приходили ему в голову. Одна из наиболее важных задач профилактики суицидов состоит в том, чтобы помочь определить источник психического дискомфорта. Это может быть трудным, поскольку «питательной средой» суицида является секретность. Наиболее подходящими вопросами для стимуляции дискуссии могут быть: «Что с тобой случилось за последнее время?», «Когда ты почувствовал себя хуже?», «Что произошло в твоей жизни с тех пор, как возникли эти перемены?», «К кому из окружающих они имели отношение?». Потенциального самоубийцу следует подтолкнуть к тому, чтобы он идентифицировал проблему и, как можно точнее определил, что ее усугубляет. Отчаявшегося подростка необходимо уверить, что он может говорить о чувствах без стеснения, даже о таких отрицательных эмоциях, как ненависть, горечь или желание отомстить. Если ребенок все же не решается проявить свои сокровенные чувства, то, возможно, вам удастся навести на ответ, заметив: «Мне кажется, ты очень расстроен?» или «По моему мнению, ты сейчас заплачешь ...». Имеет смысл также сказать: «Ты все-таки взволнован. Может, если ты поделишься своими проблемами со мной, я постараюсь понять тебя?».

9. Вселяйте надежду. Работа со склонными к саморазрушению депрессивными подростками является серьезной и ответственной. Психотерапевты давно пришли к выводу, что очень ценным является сосредоточение на том, что они говорят или чувствуют. Когда беспокоящие скрытые мысли выходят на поверхность, беды кажутся менее фатальными и более разрешимыми. Терзаемый тревогой ребенок может прийти к мысли: «Я так и не знаю, как разрешить эту ситуацию. Но теперь, когда ясны мои затруднения, я вижу, что, быть может, еще есть какая-то надежда». Саморазрушение происходит, если подростки утрачивают последние капли оптимизма, а их близкие каким-то образом подтверждают тщетность надежд. Очень важно, если вы укрепите силы и возможности человека, внушите ему, что кризисные проблемы обычно преходящи, а самоубийство не бесповоротно.

10. Оцените степень риска самоубийства. Постарайтесь определить серьезность возможного самоубийства. Ведь намерения могут различаться, начиная с мимолетных, расплывчатых мыслей о такой «возможности» и кончая разработанным планом суицида путем отравления, прыжка с высоты, использования огнестрельного оружия или веревки. Очень важно выявить и другие факторы,

такие, как алкоголизм, употребление наркотиков, степень эмоциональных нарушений и дезорганизации поведения, чувство безнадежности и беспомощности. Неоспоримым фактом является то, что чем более разработан метод самоубийства, тем выше его потенциальный риск. Очень мало сомнений в серьезности ситуации остается, например, если депрессивный подросток, не скрывая, дарит кому-то свой любимый магнитофон, с которым он ни за что бы не расстался. В этом случае лекарства, оружие или ножи следует убрать подальше.

11. Не оставляйте человека одного в ситуации высокого суицидального риска. Оставайтесь с проблемным ребенком как можно дольше или попросите кого-нибудь побыть с ним, пока не разрешится кризис или не придет помощь. Возможно, придется позвонить на станцию скорой помощи или обратиться в поликлинику. Помните, что поддержка накладывает на вас определенную ответственность. Для того, чтобы показать ребенку, что окружающие заботятся о нем, и создать чувство жизненной перспективы, вы можете заключить с ним так называемый суицидальный контракт – попросить об обещании связаться с вами перед тем, как он решится на суицидальные действия в будущем для того, чтобы вы еще раз смогли обсудить возможные альтернативы поведения. Как это ни странно, такое соглашение может оказаться весьма эффективным.

12. Обратитесь за помощью к специалистам. Суициденты имеют суженное поле зрения, своеобразное туннельное сознание. Их разум не в состоянии восстановить полную картину того, как следует разрешать непереносимые проблемы. Первая просьба часто состоит в том, чтобы им была предоставлена помощь. Друзья, несомненно, могут иметь благие намерения, но им может не хватать умения и опыта, кроме того, они бывают склонны к излишней эмоциональности. Для испытывающих суицидальные тенденции возможным помощником может оказаться священник. Многие священнослужители являются превосходными консультантами – понимающими, чуткими и достойными доверия. Но есть среди них и такие, которые не подготовлены к кризисному вмешательству. Морализированием и поучающими банальностями они могут подтолкнуть прихожанина к большей изоляции и самообвинениям. Необходимо предложить подростку обратиться за помощью к священнослужителю, но ни в коем случае не настаивать, если подросток откажется. Ни в коем случае при суицидальной угрозе не следует недооценивать помощь психиатров или клинических психологов. В противоположность общепринятому мнению психиатрическая помощь не является роскошью богатых. В настоящее время существуют как частные, так и государственные учреждения, которые предоставляют различные виды помощи. Благодаря своим знаниям, умениям и психотерапевтическому влиянию эти специалисты обладают уникальными способностями понимать сокровенные чувства, потребности и ожидания человека. Во время психотерапевтической консультации отчаявшиеся люди глубже раскрывают свое страдание и тревоги. Если депрессивный подросток не склонен к сотрудничеству и не ищет помощи специалистов, то еще одним методом лечения является семейная терапия. В этом случае об отчаявшемся не говорят «пациент». Все члены семьи получают поддержку, высказывают свои намерения и огорчения, конструктивно вырабатывая более комфортный стиль совместной жизни. Наряду с конструктивным снятием эмоционального дискомфорта при семейной терапии могут быть произведены персональные изменения в окружении.

13. Важность сохранения заботы и поддержки. Если критическая ситуация и миновала, то педагоги или члены семьи не могут позволить себе расслабиться. Самое худшее может не быть позади. За улучшение часто принимают повышение психической активности ребенка. Бывает так, что накануне самоубийства депрессивные подростки бросаются в водоворот деятельности. Они просят прощения у всех, кого обидели. Видя это, вы облегченно вздыхаете и ослабляете бдительность. Но эти поступки могут свидетельствовать о решении рассчитаться со всеми долгами и обязательствами, после чего можно покончить с собой. И, действительно, половина суицидентов совершает самоубийство не позже, чем через три месяца после начала психологического кризиса. Иногда в суматохе жизни,

окружающие забывают о подростках, совершивших суицидальные попытки. По иронии судьбы к ним многие относятся, как к неумехам и неудачникам. Часто они сталкиваются с двойным презрением: с одной стороны, они «ненормальные», так как хотят умереть, а с другой – они столь «некомпетентны», что и этого не могут сделать качественно. Они испытывают большие трудности в поисках принятия и сочувствия семьи и общества. Эмоциональные проблемы, приводящие к суициду, редко разрешаются полностью, даже когда кажется, что худшее позади. Поэтому никогда не следует обещать полной конфиденциальности. Оказание помощи не означает, что необходимо соблюдать полное молчание. Как правило, подавая сигналы возможного самоубийства, отчаявшийся подросток просит о помощи.

Приложение 7

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ «МАМА, ПАПА, Я» (ТЕХНИКИ КОНСТРУКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ)

Актуальность.

Семья – это относительно замкнутая система межличностных и межгрупповых отношений, но она же – элемент социальной системы. Во все времена именно семья была основой формирования общества. Именно в семье ребенок проходит все этапы деятельности, это тот субстрат, на котором строятся все ее формы (воспитательная, трудовая, учебная и т. д.). Семейное воспитание формирует у ребенка определенное эмоционально-психическое состояние и определяет будущую нравственную позицию. Но в настоящее время в обществе складывается неблагоприятная ситуация относительно воспитания детей: в обществе ухудшается моральная обстановка, пропагандируется жестокость и насилие, снижается ответственность за воспитание детей. Родители не знают, как вести себя в определенных ситуациях, между детьми и родителями происходит много конфликтов, что может негативно сказываться и на детско-родительских отношениях, и на самом ребенке, поскольку родители могут применять по отношению к нему психологическое, а то и физическое насилие.

Сейчас проблемы взаимоотношений в семье стали почти нормой. Происходит это не потому, что многие родители боятся принять ответственность за ребенка; многие просто не понимают своего ребенка, у них не хватает педагогических знаний. В связи с этим актуальным становится разработка практического занятия для родителей по «повышению родительской компетентности».

В связи с этим было разработано практическое занятие для родителей «Мама, папа, я», направленное на получение родителями знаний о техниках конструктивного общения с детьми. Представленные практические рекомендации будут полезны родителям для более полного понимания своих детей и формирования позитивного взаимодействия.

Концептуальной особенностью практического занятия является повышение грамотности родителей.

Цель: повышение психолого-педагогических компетенций у родителей относительно успешного взаимодействия с детьми.

Задачи:

1. Раскрытие особенностей успешного общения в семье.
2. Знакомство с техниками эффективного взаимодействия с детьми.

Целевая группа: замещающие родители.

Длительность: 1,5 часа.

Методы: практические упражнения, мозговой штурм, групповая дискуссия, ролевая игра, тематический опрос, рефлексия.

Организационные и материально-технические условия: бумага форматом А4, А1, цветная бумага, магнитофон, аудио диски, флешкарты, набор маркеров, ножницы, иголки, стулья, столы, ручки, бумажный скотч, мяч.

Ход занятия.

Представление ведущих, сообщение темы и цели практического занятия.

Упражнение: «Три вопроса?».

Цель: знакомство, актуализация собственных целей.

Инструкция: Участникам предлагается ответить на три вопроса: Как вас зовут? С какими чувствами пришли? Что хотите получить от встречи?

Правила групповой работы, участникам предлагается их дополнить и принять.

- Общение по принципу «здесь и сейчас».
- Предложения должны звучать именно от себя (например, «Я думаю, я считаю...»).
- Конфиденциальность всего происходящего в группе.
- Недопустимость оценочных суждений членов группы.
- Уважение говорящего и правило «Стоп».
- Активное участие в межличностном взаимодействии между членами группы.

Упражнение «Неформальное общение».

Цель: коррекция детско-родительских отношений.

Инструкция: группа делится на «родителей» и «детей». «Дети» выходят за дверь, каждый придумывает проблему, с которой он хотел бы обратиться к «родителю». «Родители» же получают инструкцию не реагировать на просьбы ребенка под предлогом занятости, усталости и т. д. В течение нескольких минут идет ролевое проигрывание ситуаций. Затем участники меняются ролями. Однако новые «родители» получают противоположную инструкцию: отреагировать на слова ребенка максимальным вниманием, отзывчивостью, предложить свою помощь и поддержку. Обсуждение чувств участников завершается определением понятий формального (закрытого, равнодушного, неискреннего) и неформального (открытого, эмпатийного, искреннего) общения.

Упражнение «Зато он...».

Цель: коррекция детско-родительских отношений.

Инструкция: «Несмотря на то, что психологи говорят, что любить надо не «за что-то», а просто так или «вопреки чему-то», любим мы чаще всего «за что-то». И если в семье несколько детей, то и любим их по-разному. Дети это тонко чувствуют, и часто мы слышим от них упрек: «Ты любишь кого-то больше, чем меня!». И попробуйте объяснить, что не больше или меньше, а просто по-другому. Я предлагаю вам на левой половинке листа написать все минусы вашего ребенка, или детей, или того из них, кого вы считаете наиболее «проблемным».

На правой стороне листа – все его плюсы. После того, как вы все их выпишите, вы по очереди все их зачитаете таким образом: «Мой ребенок (один минус), зато он (один плюс). После того, как все выступят, вам предлагается разорвать листки вдоль пополам, оставить у себя половинки с плюсами, а половинки с минусами выбросить в мусорную корзину».

Упражнение «Я- высказывание».

Цель: выработка навыков активного слушания и использования Я-сообщения в общении с ребенком.

Инструкция: организуйте ситуацию понимания, применяя метод «Я-высказывание». Используйте для этого следующую схему:

Первый шаг - опишите подробно событие, которое произошло и вызвало вас: «Когда ты...».

Второй шаг – опишите ход ваших мыслей: «Я подумала, что...».

Третий шаг – опишите искренне свои чувства: «В той ситуации я почувствовала...».

Четвертый шаг – предложите конструктивный выход из ситуации на будущее: «Мне бы хотелось в следующий раз..., давай договоримся...».

Ситуация для разбора: «Вы не в состоянии понять другого человека! Вам все равно, что я думаю!».

Пример: Я ждала тебя на остановке автобуса два часа, там, где мы условились. Я даже уже начала волноваться. Я подумала, что-то случилось. Потом у меня были мысли, что ты могла забыть о встрече. Мне очень жаль напрасно потраченного времени. Давай в следующий раз договоримся, что ждем друг друга не более 30 минут или, в случае отмены встречи, сообщаем это.

(Для сравнения прочтите «Ты-сообщение»: «Ты опять опоздала, ты всегда всюду опаздываешь, на тебя совсем нельзя положиться. Ты говоришь одно, а делаешь совсем другое. Я больше никогда не буду с тобой иметь никакого дела».)

Внимание: Часто встречаются ошибки, которые следует избегать.

Одна из них состоит в том, что, начав с «Я-сообщения», заканчивают фразу «Ты-сообщением». Например, «Мне не нравится, что ты такая неряха!» или «Меня раздражает это твое хныканье!».

Избежать этой ошибки можно, если использовать безличные предложения, неопределенные местоимения, обобщающие слова. Например, «Мне не нравится, когда за стол садятся с грязными руками». «Меня раздражает, когда дети хнычут».

Следующая ошибка вызвана боязнью выразить чувство истиной силой. Например, если вы приходите в ужас при виде учащегося, который бьет по голове портфелем своего соседа, то в вашем восклицании следует выразить силу этого чувства. Фраза «Мне не нравится, когда мальчики так делают», – здесь никак не подходит, ребенок почувствует фальшь.

Участникам предлагается задание заполнить таблицу (Приложение 1).

Подведение итога практического занятия.

Ведущий: «Наша встреча закончилась. Мы, надеемся, что вы получили полезную информацию, нашли ответы на вопросы.

Участникам предлагается ответить на следующие вопросы: Все ли вы успели сказать друг другу? Может быть, вы забыли поделиться с группой своими переживаниями? Или есть человек, мнение которого о себе вы хотели бы узнать? Или вы хотите поблагодарить кого-либо? Сделайте это здесь и сейчас.

Приложение 1 к занятию

Таблица 11

№	Ситуация	Ты-сообщение	Я-сообщение
1.	Вы в который раз зовете сына (дочь) подойти к вам. Он отвечает «сейчас», - и продолжает заниматься своими делами. Вы начали сердиться	«Да сколько же тебе раз можно говорить». «Меня сердит, когда ты не слушаешься»	
2.	У вас важный разговор с коллегой. Ребенок то и дело вас прерывает	«Ты не можешь заняться чем-нибудь другим! Не мешай разговаривать»	
3.	Вы приходите домой усталая. У вашего сына-подростка друзья, громкая музыка. Вы испытываете чувство обиды	«Тебе не приходит в голову мысль, что я могу быть усталой» «Уберите за собой посуду»	
4.	Ученик целый день дуется, уныл и не весел. Родителю не известна причина.	«Хватит дуться! Или разговаривай нормально или иди делай уроки»	
5.	Строгий родитель наказал ребенка и не объяснил причину	«Я все сделал. Мама ты не несправедлива»	
6.	Дочь обещала полить цветы. Но начинать работу она так и не думает	«Ты целый день бездельничала и не выполнила обещанного»	
7.	Сын просит, чтобы родители взяли его с собой в кино. Но в течение нескольких дней не убирает в своей комнате. Хотя по этому поводу есть определенная договоренность	«Ты не заслуживаешь, чтобы пойти в кино. Ты не выполняешь свои обязанности»	

АНКЕТА ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ПРОБЛЕМАТИКИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ СРЕДИ ЗАМЕЩАЮЩИХ СЕМЕЙ

Ф.И.О. несовершеннолетнего (возраст) _____

Ф.И.О. законного представителя (возраст) _____

1. Семейное положение _____
2. Количество детей в семье, из них приемных _____
3. Насколько Вы в целом удовлетворены или не удовлетворены отношениями в Вашей семье? Свой ответ отметь кружком на шкале:

Таблица 12

Не удовлетворен 0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Удовлетворен 10

4. Возникают ли у Вас чувства неуверенности, тревоги или страха во взаимоотношениях с приемным ребенком?

- да
- нет
- иногда

5. У Вас были мысли отказаться от приемного ребенка?

- да
- нет
- иногда

6. Считаете ли Вы, что справляетесь со своими обязанностями замещающего родителя в полном объеме?

- да
- нет
- иногда

7. Жизнь Вашей семьи с появлением приемного ребенка соответствует Вашим ожиданиям и представлениям?

- да
- нет
- не знаю

8. Как Вы считаете, кто должен нести полную ответственность за приемного ребенка?

- приемные родители
- социальные службы
- приемные родители, органы опеки и социальные службы вместе

9. Часто приемный ребенок является причиной семейных проблем?

- да
- нет
- иногда

10. Как Вы считаете, приемный ребенок освоил роль сына/дочери в Вашей семье?

- да
- нет
- частично

11. Как Вы считаете, приемный ребенок освоил роль брата/сестры в Вашей семье?

- да
- нет

частично

12. Часто ли в семье возникают конфликты? По какому поводу?

да

нет

иногда

13. Как часто Вы наказываете приемного ребенка за проступки, ошибки?

всегда

иногда

никогда

другое _____

14. Сколько внимания Вы уделяете ребенку?

я все делаю ради ребенка

мне часто не хватает времени на общение, совместное время проведение с ребенком

мы с ребенком часто совместно занимаемся интересными и полезными делами

заботы о ребенке занимают большую часть моего времени

часто я не знаю, чем занимается мой ребенок

нередко я пропускаю родительское собрание

я все время думаю о ребенке, его делах и здоровье

о ребенке вспоминаю, если он что-нибудь натворил или с ним что-то случилось

15. Есть ли в Вашей семье обязательные правила поведения и общения, которым Вы обучаете ребенка? Назовите их.

да

нет

Охарактеризуйте, как Вы относитесь к потребностям ребенка.

удовлетворяю все его просьбы

сам лучше знаю, что ему нужно

многое разрешаю

многое запрещаю

стремлюсь, чтобы мой ребенок был обеспечен лучше других детей

предпочитаю «спартанское воспитание»

устаю от его требований

предоставляю ему самому найти ответы на свои вопросы

16. С какими трудностями Вы чаще всего сталкиваетесь во взаимоотношениях с ребенком?

капризы

непослушание

драки

упрямство

бранные слова

воровство

ложь

17. Замечали ли Вы в поведении ребенка следующие проявления:

агрессивность

соперничество

робость

эмоциональная неуравновешанность

18. Испытывает ли приемный ребенок к Вам эмоциональную привязанность?

да

нет

- иногда

19. Возникают ли проблемы у приемного ребенка в образовательной организации (детский сад, школа)? Если да, то какие?

- нет, ребенок с готовностью приобретает новые знания, учится сравнивать, обобщать свои наблюдения

- да, существуют трудности во взаимоотношениях с педагогами, сверстниками
- да, испытывает трудности по некоторым предметам
- да, не может подчиниться правилам дисциплины
- другое

20. Часто ли у ребенка возникают проблемы со здоровьем? Если да, то какие?

- да
- нет
- иногда

21. Как, по-Вашему, что необходимо сделать, чтобы Ваша работа в качестве замещающего родителя была более эффективной?

- более часто проводить обучающие семинары и занятия
- изменить мнение окружающих о замещающей семье
- поощрять материально работу наиболее успешных родителей
- сделать более строгий отбор в замещающие родители
- соблюдать самими замещающими родителями законы морали нравственности
- повысить ответственность замещающих родителей за свою работу

22. Какие пожелания и предложения вы можете выразить по поводу исполнения своей работы органам опеки и попечительства, специалистами социальных служб?

Благодарим за участие!

ЦИКЛ ТРЕНИНГОВЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, СОСТОЯЩИХ НА ПРОФИЛАКТИЧЕСКОМ УЧЕТЕ, ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ ПОЛОЖЕНИИ И В ИНОЙ ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ «ПУТЬ К СЕБЕ»

Автор-составитель

Ольга Юрьевна Атаманчук, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Березовский районный комплексный центр социального обслуживания населения» филиал п. Игрим

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Подростковый возраст согласно возрастной периодизации в психологии делится на два периода: собственно, подростковый (11–14 лет) и юношество (14–18 лет). В этом возрасте подросток всегда находится под действием амбивалентно направленных сил: он стремится оторваться от детства, которое, одновременно, является для него привлекательным (в нем меньше ответственности и т.п.); происходит расширение социальных условий бытия – как в пространственном отношении, так и в увеличении диапазона «проб себя», поиска себя.

Основное новообразование этого возраста – перенесенное внутрь социальное сознание, т. е. есть самосознание (иначе опыт социальных отношений). Его появление способствует большей регуляции, контролю и управлением поведения, более глубокому пониманию других людей, создает условия дальнейшего личностного развития и др. Среди других новообразований – чувство взрослости, при котором на первый план выступают мотивы, связанные с формирующимся мировоззрением, с планами будущей жизни. Они соподчинены на основе ведущих общественно значимых и ставших ценными для личности мотивов. Регуляция ими осуществляется на основе сознательно поставленной цели и сознательно принятого намерения. Еще одно новообразование этого возраста – формирование нравственных убеждений и нравственного мировоззрения. Последнее представляет собой систему убеждений, которая приводит к качественным сдвигам во всей системе потребностей и стремлений подростка. Так же у подростков формируется самоопределение: с субъективной точки зрения оно характеризуется осознанием себя в качестве члена общества и конкретизируется в новой общественно значимой позиции.

Однако новообразования не возникают сами по себе, они являются итогом собственного опыта подростка, получаемого им в результате активного выполнения самых разных форм общественно полезной деятельности: учебной, спортивной, художественной, трудовой и других. При этом подростки вступают в определенные отношения со сверстниками и взрослыми, что формирует в них способности строить общение с окружающими в зависимости от различных задач и требований жизни, ориентироваться в личных особенностях и качествах людей, осознано подчиняться нормам, принятым в коллективе. Таким образом, общение подростков со сверстниками и взрослыми является важнейшим психологическим условием их личностного развития. Неудачи в этом общении ведут к внутреннему дискомфорту, дезадаптированности и, как следствие, к поиску нетрадиционных, опасных для психики и жизни форм социального поведения, становятся преградой на пути конструктивного развития личности подростка.

Методологические основы:

Тренинг – это форма активного обучения в небольшой группе, предполагающая усвоение новых знаний, навыков, поведенческих норм и социальных установок через выполнение практиче-

ских заданий и их последующий анализ, в т.ч. через обратную связь от психолога и участников, самоанализ поведения, чувств, установок. Использование в тренинге активных форм работы приводит к тому, что неизбежно возникают процессы групповой динамики. Именно поэтому успех тренинга обеспечивается не только его содержанием (программой), но и умением психолога работать с группой. Таким образом, психолог должен:

– владеть необходимыми знаниями и навыками по теме тренинга (например, знать правовые последствия совершения правонарушений несовершеннолетних, возможные мотивы рискованного поведения, пути конструктивного разрешения конфликтов и т. д.);

– иметь разработанную программу тренинга, которая включает цели, задачи, сценарий каждого занятия (описание последовательности упражнений, план анализ, содержание информационных блоков, варианты разминок и пр.);

– владеть знаниями и навыками, необходимыми для работы с группой (прежде всего – навыки коммуникации с группой, знание законов групповой динамики и умение управлять групповым процессом, навыки наблюдения), а также, знания о возрастных особенностях данной группы.

Необходимо помнить, что тренинг – это не только последовательность упражнений, теоретических блоков и разминок. Взаимодействие участников группы с психологом и друг с другом является важной и неотъемлемой частью групповой работы, которую невозможно спланировать заранее. Часто, групповые процессы вносят свои коррективы в сценарий тренинга, и поэтому одним из важных качеств психолога является гибкость и умение реагировать на изменения групповой динамики.

Участие в тренинге требует от слушателей активности, открытости, готовности выполнять практические упражнения, делиться своими переживаниями, анализировать свои ошибки. Чтобы это было возможно, все участники должны чувствовать себя комфортно и безопасно во время занятий. Создание безопасной, доброжелательной и комфортной атмосферы в группе является одной из важнейших задач психолога. Этому способствуют: личная позиция (такие качества, как доброжелательность, открытость, гибкость, умение отражать чувства окружающих, рефлексия, готовности делиться своими идеями и переживаниями и т. д.), а также соблюдение всеми участниками правил групповой работы.

К базовым правилам групповой работы относятся: конфиденциальность, взаимное уважение, активность, отсутствие критики и оценочных высказываний, право на собственное мнение, пунктуальность, добровольность участия.

Правила озвучиваются психологом на первом занятии, обсуждаются и принимаются всеми участниками тренинга. В течение последующих занятий психолог должен следить за соблюдением правил.

Целевая группа

Целевая группа: Несовершеннолетние, состоящие на профилактическом учете, подростки из семей, находящихся в социально опасном положении и в иной трудной жизненной ситуации от 10 до 18 лет.

Направленность

Социально-педагогический цикл тренинговых занятий по социально-педагогической программе. Психолого-педагогическое просвещение детей.

Вид программы

Программа социальной адаптации цикл, тренинговых занятий.

Цель – создание условий и возможностей для формирования у несовершеннолетних адекватных форм поведения в социуме, способствующих наиболее полноценному развитию личности подростка, и соответствующих нормам, критериям и социальным традициям.

Задачи:

1. Охватить 100 % несовершеннолетних, состоящих на профилактическом учете, подростков из семей, находящихся в социально опасном положении и в иной трудной жизненной ситуации.

2. Сформировать у несовершеннолетних положительную мотивацию и удовлетворенность тренинговыми занятиями, через обучение рациональному использованию внутренних ресурсов личности, эффективных навыков самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния для принятия верных решений и в решении жизненных проблем.

3. Способствовать приобретению навыков общения, самопринятия и изменению привычных дезадаптивных стратегий социального поведения несовершеннолетних.

4. Сформировать у несовершеннолетних мотивацию к законопослушному поведению и уменьшению числа противоправных деяний.

Ожидаемые результаты:

1. Охват несовершеннолетних.

2. Уровень удовлетворенности участников тренинга.

3. Приобретение знаний и положительных навыков общения, самопринятия и изменению привычных дезадаптивных стратегий несовершеннолетними.

4. Уменьшение числа противоправных деяний, совершенных несовершеннолетними.

Формы и методы работы: тренинговые группы, групповое консультирование, коррекционные психологические упражнения, арт-терапевтические техники, телесно-ориентированные упражнения, дискуссия, рефлексия, тестирование, анкетирование, мозговая атака, беседа, ролевые игры, просмотр видео сюжетов и презентаций, диагностические мероприятия.

Принципы создания среды тренинга: системная детерминация, реалистичность, избыточность.

Принципы поведения участников тренинга: активность, исследовательская и творческая позиция, объективация поведения, субъект-субъектное общение, искренность, «Здесь и теперь».

Организационные принципы: физическая закрытость, комплектование группы, пространственно-временная организация.

Этические принципы: конфиденциальность, соответствие заявленных целей тренинга его содержанию, ненанесение ущерба («Не навреди»).

СОДЕРЖАНИЕ

Этапы и сроки реализации

Срок реализации – по формированию группы подростков в течение 3 месяцев. Программа рассчитана на 16 часов – 8 занятий (ежедневно по полтора – два часа).

Таблица 1

Этапы

Этапы	Содержание деятельности	Ответственный
1 этап. Подготовительный	Проведение рекламной акции среди подростков (потенциальных участников) и их родителей, краткое ознакомление их с целями тренинга, об условиях участия (с собой нужно взять тетради или блокноты, ручки, не опаздывать, время встреч). Первичное тестирование на выявление уровня усвоения навыков общения	Специалист по работе с семьей, психолог
2 этап. Основной.	Проведение тренинговых занятий, направленных на формирование у несовершеннолетних адекватных форм поведения в социуме, способствующих наиболее полному развитию личности подростков, и соответствующих нормам, критериям и социальным традициям	Психолог

Этапы	Содержание деятельности	Ответственный
3 этап. Диагностический. Аналитический.	Повторное тестирование на выявление уровня усвоения навыков общения, самопринятия и изменений привычных дезадаптивных стратегий социального поведения. Анкетирование несовершеннолетних на уровень удовлетворенности тренинговыми занятиями. Определение степени эффективности реализации цикла тренинговых занятий	Психолог
4 этап. Заключительный.	Представление результатов реализации цикла тренинговых занятий. Мониторинг индивидуальной программы профилактической, реабилитационной работы с несовершеннолетним	Специалист по работе с семьей, психолог

Структура занятий:

1 этап – подготовительный (снятие эмоционального напряжения, создание атмосферы безопасности и доверия): ритуал приветствия, психологическая разминка.

2 этап – основной: ориентировочные беседы, психокоррекционные упражнения, коррекционно-развивающие задания.

3 этап – обобщающий, закрепляющий рефлексия занятия, подведение итогов, ритуал прощания.

Тематический план

Таблица 2

Тема занятия	Содержание занятий
Занятие 1. «Введение в программу. Сплочение коллектива»	Цель: ввести подростков в курс тренинговых занятий, создать доверительную атмосферу внутри коллектива. Приветствие. Упражнение «Мой цвет». Упражнение «Знакомство. Назови свое имя + визитка». Упражнение «Снежный ком». Упражнение «Наши правила». Упражнение «Встаньте те, кто...». Упражнение «Опиши друга». Упражнение «Круг общения». Домашнее задание. Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание
Занятие 2. «Правила общения»	Цель: развить навык коммуникативного взаимодействия. Приветствие. Упражнение «Мой цвет». Упражнение «Один на острове». Упражнение «Пазлы». Упражнение «Просьба». Упражнение «Вокзал». Упражнение «Додумай». Упражнение «Что такое комплимент». Упражнение «Добрый мяч». Домашнее задание. Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание
Занятие 3. «Мои ресурсы»	Цель: осознание собственных эмоций и сильных сторон личности, создание условий для преодоления психологических барьеров, вызванных недостатком социального опыта, формирование уверенности в себе и своих силах, а также осознание качества личности милосердие и почему так важно быть милосердным. Приветствие. Упражнение «Мой цвет». Упражнение «Пожелание». Упражнение «Наши эмоции - наши поступки». Упражнение «Не подходи ко мне». Информационный блок. Упражнение «Границы моей личности».

	<p>Информационный блок. Упражнение «Слепец и поводырь». Упражнение «Доверительное падение». Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание</p>
<p>Занятие 4. «Я и мир»</p>	<p>Цель: содействие в осознании своих ресурсов, развитие такого качества личности как милосердие и умение отстаивать конструктивно свое мнение. Приветствие. Упражнение «Мой цвет». Групповая дискуссия: «Какими качествами нужно обладать, чтобы вам верили и прислушались к вашему мнению». Ролевая игра «Отстаивание своего мнения». Дискуссия «Милосердие». Информационный блок. Упражнение «Добрые слова». Упражнение «Художник». Упражнение «Проблемные ситуации». Упражнение «Добрые дела». Домашнее задание. Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание</p>
<p>Занятие 5. «Ценности»</p>	<p>Цель: научить определять собственные жизненные ценности. Приветствие. Упражнение «Мой цвет». Упражнение «Открытый микрофон». Притча. Упражнение «Самое главное». Упражнение «Как распорядиться своей жизнью». Упражнение «Пересядьте те, кто...». Упражнение «Заросший сад» Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание</p>
<p>Занятие 6. «Ни печали без радости, ни радости без печали».</p>	<p>Цель: расширение представлений о жизненных проблемах и способах их преодоления. Приветствие. Упражнение «Мой цвет». Притча «О трудностях». Упражнение «Самоанализ и самооценка». Упражнение «Через три года». Информационный блок. Сказка «Охотник и его сыновья». Упражнение «Воздушные шары». Упражнение «Передай мяч, не используя ладони». Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание.</p>
<p>Занятие 7. «С кем поведешься от того и наберешься»</p>	<p>Цель: осознание подростками необходимости и важности объединения людей в группы по интересам; формирование убеждения, что каждый человек несет персональную ответственность за свое решение. Приветствие. Упражнение «Мой цвет». Упражнение-разминка «Карлики и великаны». Упражнение «Ассоциации». Беседа о причинах объединения в группы. Упражнение «Различия». Упражнение «Алгоритм двух «О»». Тест «Ваша компания». Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание</p>

<p>Занятие 8. «Семья в куче, не страшна и туча»</p>	<p>Цель: осмысление роли ближайшего окружения как источника поддержки. Приветствие. Упражнение «Мой цвет». Упражнение «Генеалогическое древо». Анкета «Моя семья». Упражнение «Копилка семейных трудностей». Упражнение «Советы». Упражнение «Фразы». Упражнение «Я горжусь». Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание</p>
---------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Ресурсное обеспечение

Кадровые ресурсы

Специалист по работе с семьей - проводит рекламную кампанию, осуществляет правовую информированность родителей и детей, составляет списки несовершеннолетних.

Психолог – оказывает социально-психологические услуги: проводит тестирование, анкетирование с подростками, консультирует подростков и родителей по выявленным проблемам, проводит тренинговые коррекционно-развивающие занятия.

Материально-технические ресурсы

Место реализации тренинга: сенсорная комната или зал для мероприятий, учебный класс БУ «Березовский районный комплексный центр социального обслуживания населения», открытая площадка на территории учреждения.

Используемые материалы: компьютер, аудиозаписи с музыкой, магнитофон, переходящий предмет, фломастеры, карандаши, мольберт, ватман, листы бумаги формата А4, тонкие тетради или блокноты (участники приносят с собой).

Информационные ресурсы: памятки, буклеты, размещение информации на информационных стендах и сайте учреждения, дополнительная и справочная литература, программно-методические материалы, интернет-ресурсы.

Методические ресурсы:

- информационный стенд для родителей «Советы психолога»;
- материалы диагностик (проективных, компьютерных и других);
- материалы тренинговых коррекционно-развивающих занятий;
- материалы релаксационных занятий с несовершеннолетними;
- материалы технологии «Семейный психолог».

Критерии оценки эффективности

100 % охват несовершеннолетних, состоящих на профилактическом учете, подростков из семей, находящихся в социально опасном положении и в иной трудной жизненной ситуации.

Уровень 98 % удовлетворенности участников тренинга, их мотивация на дальнейшее участие в общественной жизни и социально-значимых мероприятиях.

Тестирование на выявление уровня усвоения навыков общения, самопринятия и изменений привычных дезадаптивных стратегий социального поведения.

30 % несовершеннолетних из семей, находящихся в социально опасном положении, 50 % несовершеннолетних «группы риска», поставленных на социальное обслуживание.

Полученные результаты

Период – 2019–2020 гг.

Анализируя ситуацию и основные причины дезадаптации подростков, а также психологический и личностный рост развития несовершеннолетних, состоящих на профилактическом учете, выявлены основные причины, которые определяли дезадаптированное поведение подростков. Наблю-

дались конфликтные отношения между супругами и с подростками, нарушенные детско-родительские отношения, алкогольная зависимость родителей, переживание утраты родителей в связи с ограничением в родительских правах, смерти одного из родителей, вызывающими неблагополучие и социально опасное положение семей.

Результаты цикла тренинговых занятий с несовершеннолетними показали количественную и качественную динамику в 2019 г. из 68 несовершеннолетних подростков, находящиеся в социально опасном положении; в 2020 г. из 73 несовершеннолетних подростков, находящиеся в социально опасном положении:

– в 2019 г. прошли тренинговые занятия 26 человек, что составило 38 % от общего числа охваченных; в 2020 г. прошли тренинговые занятия 58 человек, что составило 79 % от общего числа охваченных;

– в 2019 г. удовлетворенность участников тренинга, их мотивация на дальнейшее участие в общественной жизни поселка составила 89 %; в 2020 г. составила 100 %;

– в 2019 г. уровень усвоения навыков общения, самопринятия и изменений привычных дезадаптивных стратегий социального поведения проявлялся у 73 % подростков (19 человек); в 2020 г. уровень усвоения у 63 % подростков (46 человек);

– 2019 г. – по причине исправления и нормализации ситуации в семье снято с профилактического учета 30 подростков, что составляет 44 % от общего числа несовершеннолетних, состоящих на профилактическом учете; в 2020 г. по причине исправления и нормализации ситуации в семье снято с профилактического учета 46 подростков, что составляет 63 % от общего числа несовершеннолетних, состоящих на профилактическом учете.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анн, Л. Ф. Психологический тренинг с подростками / Людмила Анн. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 271 с. – (Эффективный тренинг). – Текст : непосредственный.
2. Вачков, И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учебное пособие для вузов / И. В. Вачков. – Москва : Ось-89, 2005. – 256 с. – Текст : непосредственный.
3. Вачков, И. В. Психология тренинговой работы / И. В. Вачков. – Москва : Эксмо, 2007. – Б. с. – Текст : непосредственный.
4. Лидерс, А. Г. Психологический тренинг с подростками : учебное пособие для вузов / А. Г. Лидерс. – Москва : Академия, 2003. – 256 с. – Текст : непосредственный.
5. Петровская, Л. А. Компетентность в общении : социально-психологический тренинг / Л. А. Петровская. – Москва : Изд-во МГУ, 1989. – 216 с. – Текст : непосредственный.
6. Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников. М.: Глобус, 2008.
7. Ежова, Н. Н. Научись общаться! : коммуникативные тренинги / Н. Н. Ежова. – Изд. 2-е. – Ростов на Дону : Феникс, 2006. – 250 с. – (Психологический практикум). – Текст : непосредственный.
8. Гуреева, И. В. Психология : упражнения, игры, тренинги 5–11 классы / И. В. Гуреева. – Волгоград : Корифей, 2010. – Б. с. – Текст : непосредственный.
9. Дереклеева, Н. И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся или учимся жить в современном мире / Н. И. Дереклеева. – Москва : ВАКО, 2004. – Б. с. – Текст : непосредственный.
10. Родионов, В. А. Я и все-все-все / В. А. Родионов. – Ярославль : Академия развития, 2002. – Б. с. – Текст : непосредственный.

11. Юдина, И. Г. Когда не знаешь, как себя вести... / И. Г. Юдина. – Москва : Аркти, 2007. – Б. с. – Текст : непосредственный.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ

Занятие 1. «Введение в программу. Сплочение коллектива»

Цель: ввести подростков в курс тренинговых занятий, создать доверительную атмосферу внутри коллектива.

Приветствие.

Педагог-психолог: Здравствуйте! Сегодня мы начинаем цикл занятий – «Путь к себе», на которых мы с вами рассмотрим вопросы, волнующие каждого подростка. Для начала познакомимся с ритуалом приветствия, которым мы будем начинать каждое наше занятие. Сегодня у нас первое занятие. Для начала я предлагаю вам игру «Мой цвет».

Упражнение «Мой цвет».

Подготовить набор карточек семи разных цветов.

Психолог: Предлагаю вам набор из семи карточек разных цветов. Выберите цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

В игре оценивается эмоциональное состояние подростков. Для интерпретации ответов используется методика эмоционально-цветовой аналогии. Занести результат выбора каждого подростка в «Дневник эмоционального состояния участников тренинга».

Методика эмоционально-цветовой аналогии по А.Н. Лутошкину.

Красный – бурный восторг, активность.

Оранжевый – радость.

Желтый – тихая радость, благодушие.

Зеленый – спокойствие, уравновешенность.

Синий – грусть.

Фиолетовый – печаль, тревога.

Черный – негатив, недовольство.

Упражнение «Знакомство. Назови свое имя + визитка».

Психолог: Мы начинаем наше занятие с традиционной процедуры знакомства. Сейчас каждый из вас оформит свою визитку (вкладыш в бейдж), в ней он укажет свое имя, после чего каждый участник называет себя по имени, что-то рассказывает о себе (имя и положительное качество то, что вы в себе цените) упражнение проводится по кругу.

Обсуждение: «Что тебе больше всего нравится в себе?», «Трудно ли было находить в себе хорошее качество?».

Упражнение «Снежный ком».

Психолог: Первый участник (например, слева от ведущего) называет свое имя. Следующий – повторяет его, затем называет свое. Третий участник повторяет два имени и называет свое. И так по кругу. Упражнение заканчивается, когда первый участник назовет по именам всю группу.

Упражнение «Наши правила».

Психолог: Давайте придумаем свои правила поведения для наших занятий. Соблюдение этих правил сделает наши занятия максимально полезными и интересными для каждого. Каждый из нас скажет, какое условие необходимо ему, чтобы чувствовать себя комфортно на занятиях. Например, мне как ведущему хочется, чтобы вы не опаздывали и выполняли предложенные задания. Еще было бы здорово, если ничего не будет отвлекать нас от занятий. Давайте будем отключать свои мобильные телефоны на это время.

Зафиксировать все предложения подростков на доске. Прочитать все правила.

Психолог: Чтобы наши занятия были комфортны и приносили пользу и радость, мы должны: приходить на занятия вовремя; называть друг друга только по имени; не перебивать; не торопить; не критиковать; не смеяться над ответами других ребят; думать о чувствах других людей, когда высказываешь свою точку зрения; обязательно выполнять задания; отключать мобильные телефоны; начинать и завершать занятие игрой «Мой цвет»; заканчивать занятие хорошим пожеланием.

Упражнение «Встаньте те, кто...».

Психолог: Сейчас я предлагаю встать всем тем, кто...

- любит бегать;
- радуется хорошей погоде;
- имеет младшую сестру;
- любит дарить цветы и т. д.

При желании роль ведущего могут выполнять дети. После завершения упражнения детям задаются вопросы, подводящие итоги игры:

– Сейчас посмотрим, кто у нас в группе оказался самым внимательным. Кто из ребят запомнил, кто в группе любит сладкое? У кого есть младшая сестра? и т. д.

Затем вопросы усложняются (включают в себя две переменные):

– Кто у нас в группе любит сладкое и имеет младшую сестру. Каждый вопрос адресуется конкретному ребенку, если он не может ответить сам – ему помогает группа.

Упражнение «Опиши друга».

Психолог: Вам необходимо разбиться на пары, встать спинами друг к другу и по очереди описывать по памяти прическу, одежду и лицо и т.д. всего напарника. Упражнение выполняется одновременно всеми участниками, потом вы поворачиваетесь, сравниваете описание с оригиналом и делаете вывод о том, насколько вы были точны.

Обсуждение: «Какие возникали трудности во время упражнения, что было легко?», «Какие возникали чувства: «когда ты описывал и когда тебя описывали?»», «Насколько было точным описание?».

Упражнение «Круг общения».

Написать на доске названия социальных групп из окружения подростков: родители, бабушки и дедушки, другие родственники, друзья, учителя в школе, учителя дополнительного образования, одноклассники, соседи, знакомые, друзья родителей.

Психолог: Мы сидим по кругу, чтобы видеть каждого. Каждый из нас – равноправный участник общения. Как выдумаете, важно ли уметь правильно общаться, выстраивать свои взаимоотношения с другими людьми? Раздать листочки. Нарисуйте кружок, в котором напишите «Я». На доске написаны группы людей, которые нас окружают ежедневно. Можете дополнить этот список. Вокруг своего «Я» разместите эти надписи по значимости. Ближе к себе поместите самых важных людей, дальше от себя – менее важных. Мы одинаково или по-разному общаемся с этими людьми? От чего зависит стиль нашего общения? Что дает нам общение с родственниками, друзьями, учителями, посторонними людьми?

Психолог: Для каждого человека общение – это обмен информацией. Оно помогает нам узнавать новое. В общении мы выражаем себя, свои мысли. Мы узнаем, как другие люди оценивают наши действия. Мы что-то делаем вместе, занимаемся совместным творчеством. С помощью общения мы достигаем взаимопонимания с другими людьми. Каждый из нас – член общества. Без других людей мы не можем существовать. На наших занятиях мы попробуем достичь взаимопонимания и обменяться мнениями. Ваше мнение может не совпасть с моим или с мнением других участников

тренинга. Это поможет нам всесторонне взглянуть на ту или иную проблему. Не бойтесь и не стесняйтесь высказывать свою точку зрения. Общение с другими людьми помогает нам познать себя, утвердиться или, наоборот, усомниться в своих суждениях.

Домашнее задание.

Психолог: Я попрошу вас дома немного подумать над словом «комплимент». На следующем занятии мы потренируемся в мастерстве безупречных комплиментов. Что обозначает слово «комплимент»? Кому мы можем делать комплименты? Как нужно делать комплименты?

Подведение итогов.

Психолог: Наше занятие подходит к концу. Я попрошу каждого из вас ответить на вопросы. Что вам больше всего понравилось на занятии, а что – не очень? Что вы узнали нового, интересного, полезного?

Упражнение «Мой цвет».

Психолог: Перед вашим уходом я снова предлагаю вам набор карточек из семи цветов. Выберите, пожалуйста, цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

Занести результаты выбора в «Дневник эмоционального состояния участников тренинга».

Прощание.

Психолог: Заканчиваются все дни тренинга одинаковым прощанием. Эта процедура прощания объединяет участников тренинга и связывает все дни в единую программу. В первый день тренинга я предлагаю выработать единый для всех дней ритуал прощания, который должен содержать в себе взаимодействие (всеобщее рукопожатие, похлопывание по плечу – встать в круг и, положив руки на плечи друг другу, покачаться из стороны в сторону и т. д.).

Занятие 2. «Правила общения»

Цель: развить навык коммуникативного взаимодействия.

Приветствие.

Психолог: Попрошу всех участников группы встать и поприветствовать друг друга не стандартными способами. Например, касаясь или постукивая друг друга плечами, спинами, ступнями ног и т. д. Что происходило с вами после вчерашнего занятия, какие чувства наполняют вас сейчас?

Упражнение «Мой цвет».

Подготовить набор карточек семи разных цветов.

Психолог: Предлагаю вам набор из семи карточек разных цветов. Выберите цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

Упражнение «Один на острове».

Психолог: Представьте, что каждый из нас вдруг оказался на огромном безлюдном острове. Никого нет, нет зданий, нет людей, кругом тишина. Что вы чувствуете? Что вы будете делать?

Теперь вернемся в наш город. Как радостно снова увидеть лица людей! Хотелось бы вам остаться одному на острове? Можем ли мы существовать без других людей? Имеет ли смысл наша жизнь вне общества?

Каждому человеку нужны другие люди. Наше общество называется социальным, потому что самое главное в нем – человек.

Упражнение «Пазлы».

Для игры используется пазл из 24 картинок.

Психолог: Кто из вас любит собирать пазлы? Давайте попробуем все вместе собрать картинку из пазлов. Есть ли в коробке одинаковые пазлы? Если один пазл потеряется, получится ли целостная красивая картина?

Педагог-психолог: Люди, как и пазлы, уникальны и неповторимы. У каждого из нас свое предназначение в обществе. Каждый из нас непохож на другого, и это здорово – человек индивидуален! Чтобы получилась красивая картина, пазлы должны занять свое место среди других. Мы также должны уметь взаимодействовать друг с другом. На следующем занятии мы разберем правила успешного общения. Они помогут вам в жизни и сделают наши тренинги приятными и полезными для каждого.

Упражнение «Просьба».

Психолог: Каждый из нас обращался к кому-либо с просьбой. Чтобы нам не отказали в просьбе, какими словами, каким тоном, с какой мимикой мы ее излагаем? Давайте попробуем использовать приемы позитивного общения и аргументировать свою просьбу. Разделитесь на пары. В каждой паре один будет просить у другого какой-то предмет. Затем мы обсудим, кто какие приемы использовал.

Подростки выполняют упражнение.

Психолог: Залог успешного общения – дружеское расположение собеседника. Этого можно достичь несколькими простыми способами.

Раздайте подросткам материалы «Как расположить собеседника» и обсудите их.

Психолог: Для успешного общения мы должны демонстрировать собеседнику свое хорошее отношение к нему с помощью улыбок, жестов и мягкого тона в разговоре.

Упражнение «Вокзал».

Психолог: Все мы с вами бывали на вокзале или в другом шумном месте. Согласитесь, в шуме расслышать собеседника сложно. Наша задача: научиться слушать другого человека. Встаньте друг за другом. Первый участник повернется к другим лицом. Его задача – расслышать то, что ему говорит последний участник. Ребята, которые стоят между ними, должны «создать шум». Кричите, прыгайте, топайте, размахивайте руками.

Подростки выполняют задание. Когда участники закончат, задать вопрос подростку, который слушал: «Что помогло вам выполнить задачу?».

Психолог: Чтобы расслышать другого человека, мы должны хотеть его услышать. Васе было искренне интересно, что говорит Петя: он подпрыгивал, приседал и наклонялся. Настройтесь на «одну волну» с собеседником, сосредоточьтесь, слушайте внимательно. Читайте мимику и жесты. Чтобы понять другого человека, создайте условия. Вася, например, попросил всех «кричать по тише». Главное в общении – захотеть услышать другого человека и найти способы достичь взаимопонимания.

Упражнение «Додумай».

Психолог: Мы можем перебить или не дослушать другого человека, потому что считаем, что знаем, о чем он говорит. Сейчас мы проверим, насколько важно уметь слушать собеседника. Каждого из вас я попрошу написать фразу, которая содержит слова «потому что». Например: «У меня сегодня хорошее настроение, потому что светит солнышко». Затем каждый из вас зачитает первую часть фразы, а остальные попробуют ее продолжить. Мы посмотрим, у кого получится угадать замысел автора.

Подростки выполняют задание.

Психолог: Практически никому не удалось додумать фразу за другого человека. Чтобы успешно общаться, мы должны слушать другого человека и давать ему возможность высказать свои мысли. Мы нашли новое правило продуктивного взаимодействия: не додумывать за собеседника и слушать его. Можно задать вопросы, чтобы уточнить, правильно ли вы поняли его.

Упражнение «Что такое комплимент».

Психолог: На прошлом занятии мы договорились подумать над тем, что такое комплимент. Давайте вместе придумаем похожие слова к слову комплимент. Что такое комплимент?

Психолог: Комплимент – это выражение одобрения, уважения, признания или восхищения, любезные, приятные слова, проявление вежливости. Комплимент мы произносим с доброжелательной интонацией. Можно сделать и насмешливый комплимент. Делайте искренние комплименты, которые отражают хорошие качества человека. Чтобы сделать безупречный комплимент, будьте дружелюбны, внимательны, замечайте положительные качества в людях и говорите то, во что верите.

Упражнение «Добрый мяч».

Психолог: Умение увидеть сильные стороны, положительные качества у любого человека и, главное, найти нужные слова, чтобы сказать ему об этом, вот что необходимо для приятного продуктивного общения. Давайте попробуем проверить, насколько мы доброжелательны, умеем ли видеть хорошее в других и говорить об этом. Давайте научимся говорить комплименты. Как вы думаете, сложно говорить комплименты? Собеседник всегда рад комплименту? Давайте по очереди бросать друг другу мяч и говорить комплименты. Можно просто назвать хорошее качество того, к кому летит мяч. Если вам понравился комплимент, который вам сказали, и вы считаете его искренним и приятным, поймите мяч и бросьте другому игроку. Если комплимент не понравился, скажите, почему он не приятен, и верните мяч автору комплимента. Он может попробовать еще раз сделать вам комплимент.

Обсуждение.

Вам было приятно получать комплименты? Было ли трудно произносить комплименты?

Психолог: Комплименты украшают наше общение и помогают расположить собеседника. Мы чувствуем неискренность и рады только «честным похвалам».

Домашнее задание.

Педагог-психолог: Я попрошу каждого участника составить дома свой кодекс успешного общения. Запишите его на листочках.

Пример кодекса успешного общения для домашнего задания.

1. Улыбайся. Приветствуй собеседника. Прими «открытую позу».
2. Эмоционально настройся на собеседника.
3. Слушай собеседника, не перебивай, корректно задавай уточняющие вопросы.
4. Делай искренние комплименты.
5. Проявляй заинтересованность в разговоре.

Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание.

Занятие 3. «Мои ресурсы»

Цель : осознание собственных эмоций и сильных сторон личности, создание условий для преодоления психологических барьеров, вызванных недостатком социального опыта, формирование уверенности в себе и своих силах, а также осознание качества личности милосердие и почему так важно быть милосердным.

Приветствие.

Психолог: Попрошу всех участников группы встать и поприветствовать друг друга не стандартными способами. Например, касаясь или постукивая друг друга плечами, спинами, ступнями ног и т.д. Что происходило с вами после вчерашнего занятия, какие чувства наполняют вас сейчас?

Упражнение «Мой цвет».

Подготовить набор карточек семи разных цветов.

Психолог: Предлагаю вам набор из семи карточек разных цветов. Выберите цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

Психолог: Друзья! На прошлом занятии мы с вами решили, что человек не может жить без общения. Давайте научимся общаться с окружающими без конфликтов и понимать собеседника.

Упражнение «Пожелание».

Материал: мяч.

Психолог: Давайте начнем нашу работу с высказывания пожеланий друг другу на сегодняшний день. Вы бросаете мяч кому-то и одновременно говорите свое пожелание. Тот, кому бросили мяч, в свою очередь, бросает его следующему участнику, высказывая ему пожелание на сегодняшний день».

Упражнение «Наши эмоции - наши поступки».

Участникам предлагается продолжить предложения:

- Я огорчаюсь, когда...
- Я злюсь, когда...
- Мне плохо, когда...
- Я радуюсь, когда...
- Я спокоен, когда...
- Мне нравится, когда...
- Мне не нравится, когда...
- Мне хорошо, когда...

Как только эта часть работы будет закончена, участникам предлагается продолжить предложения дальше: «... когда... и я поступаю...».

Обсуждение: о чем вы думаете, когда совершаете тот или иной поступок? Всегда ли люди думают, когда что-то делают? Ведущий предлагает группе подтвердить или опровергнуть правильность утверждения: «Прежде, чем что-либо сделать, подумай!» В каких ситуациях этот постулат приемлем? Необходимо подвести подростков к формированию у них следующей установки: «Вперед любого действия должна идти мысль!» Вместе с ребятами ведущий рассуждает о том, что нужно сделать, чтобы вовремя остановиться перед совершением необдуманного действия.

Упражнение «Не подходи ко мне».

Психолог: Участники стоят в кругу. В центр круга выходит первый участник, остальные по очереди медленно подходят к нему. Как только один из участников приблизится к стоящему в центре на расстояние, которое вызовет у последнего чувство дискомфорта, он говорит: «Стоп!». Далее выходит второй, третий и т. д. Ваша задача запомнить, на какое расстояние можно подходить к каждому члену группы, чтобы ему было комфортно.

Обсуждение: Какие чувства испытывали во время выполнения данного упражнения, когда к вам подходили и когда вы подходили к стоящему? Кого вы можете пустить на более близкое расстояние в вашем личном пространстве, а кого держите на более далекой дистанции? Где проходит граница вашего личного пространства?

Информационный блок: «У каждого человека существуют индивидуальные границы – расстояние, нарушать которое разрешается только самым близким людям: родственникам, друзьям. Наверное, каждый из нас был свидетелем беседы двух людей, один из которых наступает, насккивает, рассказывая что-то, а второй отступает от него. Вот в этот момент первый нарушает индивидуальное расстояние второго. Наскакивающий становится неприятен, и его информация не воспринимается. Конечно, это зависит от такта и воспитания, от культурных традиций. Индивидуальные границы определяются и той местностью, где человек живет: например, в тундре или пустыне с небольшой долей населения люди общаются на большом расстоянии и их индивидуальное расстояние также велико. В условиях скученности индивидуальное расстояние сокращается. Общаясь с

другим человеком, будьте внимательны, если ваш собеседник отходит от вас при разговоре значит, вы нарушили его индивидуально расстояние.

Упражнение «Границы моей личности».

Психолог: Ребята, ваша задача нарисовать свое личное пространство в виде какого-нибудь образа, дать этому образу название, очертить его границы.

Обсуждение: Где проходит граница твоего личного пространства? Имеет ли кто-нибудь право нарушать эту границу? Кого можешь пустить на более близкое расстояние в своем личном пространстве? Что вы чувствовали, когда нарушали вашу психологическую границу? Как вы можете защитить свою психологическую границу?

Информационный блок: С раннего детства мы начинаем приспосабливаться к жизни в обществе и ощущать его правила, законы, ожидания. Очень отчетливо это начинает чувствоваться при поступлении в школу. Здесь завязывается множество социальных контактов, но возникает и множество проблем: необходимо налаживать отношения с товарищами и педагогами, вырабатывать эффективные стратегии поведения. В вашем возрасте у школьников особенно остро встает вопрос о соответствии ожиданиям сверстников и некоторых значимых взрослых. Они стремятся попасть в определенную компанию сверстников, иметь определенных друзей и готовы иногда для этого пойти на жертвы. Для того чтобы быть готовыми к возможному давлению со стороны окружающих, и знать способы самозащиты в подобных случаях необходимо знать свои психологические границы.

Упражнение «Слепец и поводырь».

Группа разбивается на пары. «Поводырь» ведет участника с завязанными глазами на другой конец комнаты, преодолевая препятствия (стулья, столы и других участников). Упражнение направлено на получение опыта ответственности, беспомощности и доверия партнеру. Участники могут в разной степени доверять разным членам группы.

Обсуждение: Какие возникали сложности в процессе упражнения? Какие чувства испытывали, когда были поводырем и слепцом? Как вел вас твой поводырь? Как было лучше быть ведомым или ведущим? Доверяете ли вы людям и как вы понимаете, что можно доверять? Какой приобрели опыт?

Упражнение «Доверительное падение».

Психолог: Встаньте в круг очень близко друг к другу. Это не обычный круг, а волшебный, так как участники, которые стоят в кругу, будут делать все для того, чтобы тот, кто стоит в центре, пережил удивительные ощущения. Кто из вас хотел бы первым встать посередине? Все остальные поднимите руки на уровне груди. Когда он падает в вашу сторону, вы должны его поймать и осторожно вернуть в исходное положение. Падающему завязывают глаза.

Обсуждение: Что вы чувствовали, когда был в центре круга? Доверяли ли другим? Что вы чувствовали, когда ловили падающих? С какими трудностями столкнулись? Что было для вас приятным?

Подведение итогов.

Психолог: Что сегодня было полезным сегодня? Что для себя открыли, что не замечали за собой ранее? С каким чувством уходите?

Упражнение «Мой цвет». Прощание.

Занятие 4. «Я и мир»

Цель: содействие в осознании своих ресурсов, развитие такого качества личности как милосердие и умение отстаивать конструктивно свое мнение.

Психолог: Попрошу всех участников группы встать и поприветствовать друг друга не стандартными способами. Например, касаясь или постукивая друг друга плечами, спинами, ступнями

ног и т. д. Что происходило с вами после вчерашнего занятия, какие чувства наполняют вас сейчас?

Упражнение «Мой цвет».

Подготовить набор карточек семи разных цветов.

Психолог: Предлагаю вам набор из семи карточек разных цветов. Выберите цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

Групповая дискуссия: «Какими качествами нужно обладать, чтобы вам верили и прислушались к вашему мнению».

Подросткам предлагается вспомнить ситуации, когда им приходилось отстаивать свое мнение.

Психолог: Какими способами убеждения они пользовались? Как воспринимали их окружающие? Удалось ли доказать свою точку зрения? Какими качествами должен обладать человек, чтобы убедить оппонентов?

Примечания. Очень хорошо, если ребята сами назовут агрессивное поведение во время диалога. Если этого не произойдет, то следует сказать, что нередко, убеждая, люди ведут себя несколько агрессивно или напористо.

Ролевая игра «Отстаивание своего мнения».

Вызываются два добровольца, распределяются роли «учителя» и «ученика» и дается вводная ситуация: учитель поставил несправедливую оценку. Вызвавшиеся разыгрывают ситуацию. Группа наблюдает и отмечает, где «ученик» совершил ошибку. Как можно отстаивать свою позицию, чтобы учитель это принял?

Обсуждение: Что происходило с телом «ученика» и «учителя» (Подсказками являются: напряжение мускул, расположение тел, позы, интонации голоса, мимика и т.д.). Что случилось, есть ли моменты из-за чего вы почувствовали себя ущемленными? («Ученик» подавлен преимуществом «учителя», сверстники дразнят.) Какими способами «ученик» может отстоять свои права? (Например, выбрать правильное место и время, уметь выслушать ответное мнение, вежливо сказать о своем мнении.).

Дискуссия «Милосердие».

Психолог: Жизнь нуждается в милосердии,

Милосердием мы бедны.

Кто-то злобствует, кто-то сердится,

Кто-то снова в тисках беды.

Жизнь нуждается в сострадании,

Наши души – как топоры...

Слишком многих мы словом ранили,

Позабыв, что слова остры.

А. Дементьев

Психолог: В американском городе Сиэтле в 1998 г. проходила олимпиада для людей с ограниченными возможностями – паралимпийская олимпиада. Во время забега на дистанции стало плохо спортсмену, и он упал. В забеге принимало участие 9 спортсменов. Каждый из них приехал на олимпиаду с надеждой победить, завоевать медаль для своей страны. Но когда спортсмены увидели, что их соперник упал, они прекратили бег, вернулись к нему, подняли его на руки и понесли к финишу. Все 9 спортсменов одновременно пересекли финишную черту.

Психолог: Ребята, как, вы думаете, отреагировали на это болельщики на трибунах? Какие качества личности, заставили отказаться участников забега от личных целей? Как вы думаете, какое решение приняли судьи по отношению к спортсменам? («Судьи приняли решение, что каждый из 9

спортсменов достоин золотой медали в этом забеге. Ведь они прошли испытание не только на физическую силу и выносливость, но и на милосердие»). Ребята, как вы понимаете, что значит быть милосердным человеком? Что значит само понятие «милосердие»? Какое слово у вас ассоциируется с милосердием? (Милосердие – это сострадание, бескорыстная искренняя помощь нуждающимся). В чем оно может проявляться? (в оказании материальной и моральной поддержки, всевозможной помощи. Например, помогать старикам и немощным, отдавать нуждающимся ненужную одежду и обувь, участвовать в сборе еды для нуждающихся, никогда не проходить мимо лежащих на земле людей, проявлять уважение и любовь к своим ближним – это так же посильная материальная помощь, всепрощение и благодарение.).

Информационный блок:

«Кто полон милосердия, тот непременно храбр,
кто храбр необязательно милосерден».

Конфуций

Милосердие – это способность человека сочувствовать, сопереживать, соучаствовать в делах других людей. Оно позволяет видеть горе другого человека и помогать ему. Оно позволяет ответственно и с любовью относиться к братьям нашим меньшим. Оно позволяет прощать своего обидчика, и не только прощать, но и помогать ему в трудную минуту. Сердце такого человека становится как бы зрячим, он чувствует чужую боль, как свою собственную.

Упражнение «Добрые слова».

Участники группы передают мяч называя при этом добрые слова: мир, любовь, единство, уважение, нежность милосердие, сострадание и т. д.

Обсуждение: Какие чувства возникали в процессе упражнения? Возникали ли сложности?

Упражнение «Художник».

Психолог: Давайте выполним следующее упражнение. Подросткам раздают карточки с заданиями. Нарисуйте любовь, дружбу, доброту, милосердие (пока рисуют, звучит медитативная музыка). Разделитесь на пары и обсудите, что у вас получилось.

Обсуждение: Какие цвета вы выбрали и почему, расскажите о своих ассоциациях и чувствах возникших в процессе выполнения упражнения? Зачем, по вашему мнению, нужны любовь и милосердие? («Для того, чтобы всем было легче жить, общаться друг с другом, чтобы общение приносило радость»).

Упражнение «Проблемные ситуации».

Психолог: Подумайте, как можно проявить милосердие в жизни?

Разбор проблемных ситуаций (работа в подгруппах). Каждая группа получает одну проблемную ситуацию.

Во дворе рядом с домом уже несколько дней висит пустая кормушка.

Подросток, возвращаясь из школы, увидел, как старушка, задыхаясь, еле шла с огромным пакетом продуктов...

По дороге в столовую Сергей торопился и толкнул Аню.

Татьяна торопилась в школу. Вдруг она увидела первоклассника, который на перекрестке не решался перейти улицу.

Петр помог другу и сделал за друга домашнее задание, потом дал списать контрольную.

У сестры была грязная одежда, а старший брат постоянно ее чистил.

Возвращаясь из школы на стадионе была драка среди школьников.

Обсуждение: Как можно поступить в той или иной ситуации? Какие чувства возникают при решении той или иной ситуации.

Психолог: Помощь необходимо оказывать только тем, кто в ней реально нуждается. Человек, совершая добрые дела, не должен брать взамен чего-то, т. е. совершать добрые дела нужно просто так из добрых побуждений.

Упражнение «Добрые дела».

Психолог: По очереди напишите на листе бумаги как вы можете проявить милосердие?

Обсуждение: Что лично вы сделали или сделаете, в чем выражается ваше милосердие? Какие чувства испытываете, когда проявляете милосердие?

Психолог: «Золотое правило нравственности» – общее этическое правило, которое можно сформулировать как «Относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе». Известна и отрицательная формулировка этого правила: «не делайте другим того, чего не хотите себе». «Чтобы поверить в добро, надо начать делать его». Я вижу, что вы очень милосердны и великодушны и всегда придете на помощь нуждающемуся.

Домашнее задание.

Педагог-психолог: Я попрошу вас дома поразмышлять над собой. Используйте для этого план. Вы можете отступать от плана и дополнять его. Сокращать план нельзя.

План для домашнего задания к третьему занятию.

1. Возраст.
2. Хобби.
3. Какое качество в человеке самое важное? Почему?
4. Что ты умеешь делать хорошо?
5. Чему ты хочешь научиться?
6. Какое качество ты считаешь своим главным достоинством?
7. Какими успехами ты можешь гордиться?
8. Кем ты хочешь стать в будущем и почему?

Подведение итогов.

Психолог: Что сегодня было полезным сегодня? Что для себя открыли, что не замечали за собой ранее? С каким чувством уходите?

Упражнение «Мой цвет».

Прощание через метафору.

Психолог: «У одного крестьянина был сын, который стал обижать других. Он грубил окружающим, отказывал в помощи нуждающимся, ранил друзей и родных словом и делом. Испытав все способы влияния, отец придумал следующее: после каждого проступка сына вбить один гвоздь в столб забора. Прошло некоторое время, и на столбе не осталось живого места – весь он был утыкан гвоздями. Эта картина так поразила воображение мальчика, что он решил исправиться. Тогда отец стал вытаскивать по одному гвоздю за каждый день без грубости. И вот наступил день, когда последний гвоздь был вытасчен. Шло время, и пришел день, когда он мог сообщить отцу о том, что в столбе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвел к забору- Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в столбе дыр? Он уже никогда не будет таким как прежде, на мальчика это произвело ошеломляющее впечатление, и он горько заплакал.- Что ты плачешь? – спросил его отец. – Ведь гвоздей больше нет?- Гвоздей-то нет, а дырки остались, - ответил сын. Когда говоришь или делаешь человеку что-нибудь злое, у него остается такой же шрам, как и эти дыры. И не важно, сколько раз после этого ты извинишься — шрам останется»То есть каждое действие имеет свои последствия и вам выбирать, как действовать в своей жизни.

Занятие 5. «Ценности»

Цель: научить определять собственные жизненные ценности.

Приветствие.

Психолог: Попрошу всех участников группы встать и поприветствовать друг друга не стандартными способами. Например, касаясь или постукивая друг друга плечами, спинами, ступнями ног и т. д. Что происходило с вами после вчерашнего занятия, какие чувства наполняют вас сейчас?

Упражнение «Мой цвет».

Подготовить набор карточек семи разных цветов.

Психолог: Предлагаю вам набор из семи карточек разных цветов. Выберите цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

Психолог: Друзья! Сегодня мы познакомимся друг с другом поближе, узнаем об интересах, мечтах и планах каждого на будущее.

Упражнение «Открытый микрофон».

Психолог: Каждый из нас выйдет к «микрофону» и расскажет о себе по плану.

Пригласить участников по очереди рассказать о себе по плану, который был дан для домашнего задания.

Обсуждение: Трудно или легко было рассказывать о себе? Легко ли определить свое предназначение в будущем, решить для себя, какую пользу вы можете приносить обществу? Может ли человек легкомысленно относиться к своему жизненному выбору?

Психолог: Человек должен решить, кем он будет в будущем, чтобы стать полноправным членом общества и уважать себя. Это нелегкий выбор. Чтобы не ошибиться, прислушайтесь к себе, правильно оцените свои возможности и выберите работу по душе. На тренингах каждый из вас узнает себя лучше.

Притча (по возможности продемонстрировать наглядно).

Существует притча, которая замечательно подходит для понимания сути ценностей и грамотного их распределения в жизни. Один профессор на глазах аудитории заполнил банку большими камнями и спросил, полная ли она. Получив утвердительный ответ, профессор бросил в банку мелкие камешки, гальку, которая заполнила пространство между большими камнями, и задал тот же вопрос. Получив положительный ответ снова, он насыпал в банку песок, доказав тем самым, что только теперь банка наполнилась. То же происходит и с нашими жизненными приоритетами, ценностью. Большие камни – это то, что является для нас самым важным (семья, друзья, дети, родители). Галька – второстепенный план нашей жизни (работа, карьера, хобби). Песок же олицетворяет – мелочи жизни, которым порой мы придаем слишком много значения.

Упражнение «Самое главное».

Психолог: а давайте устроим фестиваль ценностей человека. Ценности – это то, что мы считаем самым главным в своей жизни. Я буду называть ценность, а вы будете голосовать. Затем мы подсчитаем количество «голосов» и выберем самую главную.

Список ценностей для упражнения «Самое главное».

Личное здоровье. Семья. Труд. Любовь. Дружба.

Деньги. Безопасность. Жилье. Здоровье родителей.

Увлечение (творчество, спорт). Уважение людей. Дети.

Обсуждение: Трудно было сделать выбор?

Психолог: Вам трудно было сделать выбор, потому что это наши главные ценности. Человек не может быть полноценно счастлив без труда, семьи, друзей, творчества, материального достатка. Мы не можем выбрать главную ценность единогласно, пусть каждый из вас сделает это сам.

Упражнение «Как распорядиться своей жизнью».

Психолог: На странице вы видите 10 кружочков (жетонов). Каждый из них символизирует часть вашей жизни – часть вашего времени, энергии, средств, интересов, индивидуальности. Во

время игры эти 10 кружочков (жетонов) будут равноценны тем качествам, возможностям, которые свойственны вашей личности. Перед вами выбор – «израсходовать» или «сэкономить» часть вашей жизни. На продажу будут выставлены несколько пар лотов. Вы сможете выбрать любой лот из пары или никакой, но только не оба сразу. Если жетоны закончатся, вы уже ничего не сможете купить. Кто желает приобрести один из предложенных «товаров», зачеркивает один жетон и вписывает в него название приобретенного лота.

Пары лотов.

1. Новая машина (1 жетон).
2. Полностью оплаченный отдых в течение месяца где угодно на планете для вас и вашего лучшего друга (2 жетона).
3. Полная гарантия того, что вас оценят, как высококвалифицированного специалиста и повысят вам заработную плату (2 жетона).
4. Вы станете самым популярным в вашей компании на протяжении двух лет (1 жетон).
5. Один настоящий друг (2 жетона).
6. Хорошее образование (2 жетона).
7. Прибыльный бизнес (2 жетона).
8. Здоровая семья (3 жетона).
9. Всемирная слава (3 жетона).
10. Изменить любую черту вашей внешности (1 жетон).
11. Быть всю жизнь довольным собой (2 жетона).
12. Возможность делать все, что пожелаете и когда пожелаете, в течение пяти лет (2 жетона).
13. Уважение и любовь к вам тех, кого вы наиболее цените (2 жетона).
14. Чистая совесть (2 жетона).
15. Умение достигать успеха во всем, чего бы вы ни пожелали (2 жетона).
16. Чудо, осуществленное ради человека, которого вы любите (2 жетона).
17. Возможность снова пережить любые события прошлого (2 жетона).
18. Семь дополнительных лет жизни (3 жетона).
19. Безболезненная, легкая смерть, когда придет время (3 жетона).
20. Сюрпризы (1 жетон).

Психолог: Те из вас, кто выбрал здоровую семью, получает в награду 2 дополнительных жетона. Дорисуйте себе на странице еще 2 кружочка.

Те, кто выбрал возможность делать все, что пожелает, в течение пяти лет, должны заплатить еще один жетон, потому что есть вещи, за которые придется заплатить дороже, чем мы думали. У кого из вас остались неиспользованные жетоны, поднимите руки? Кто использовал все свои жетоны? Больше покупки делать нельзя, и все ваши неиспользованные жетоны пропадают, можете их зачеркнуть.

Обсуждение: Расскажите о своих покупках и ответьте на следующие вопросы. Жалеете ли о том, чего не приобрели? Какие моменты игры вас разочаровали? Хотели ли бы вы что-то изменить в правилах игры и почему? Поскольку в этой игре мы решали, как распорядиться жизнью, посмотрим, насколько изменения, которые вы бы хотели внести, соответствуют реальной жизни. Даже если ваши предложения смогли бы облегчить игру или сделать ее более «честной», на самом деле в жизни все совсем не так. Это была всего лишь игра, но... Почему на ваш взгляд ценности так важны? (Потому что они отражают наши убеждения и отношение к жизни.) Отметьте те ценности, которые вы обнаружили у себя по итогам игры. Письменно дайте ответы на вопросы, приведенные ниже.

Ценности и приоритеты.

Мнение других людей.
Мои собственные желания.
Долгосрочные цели.
Содержательная жизнь.
Забота о благополучии других.
Материальные блага.
Стабильность.
Мир и покой.
Что вы считали ценностями до начала игры?
Перечислите пожалуйста 2–3.
Итог игры.

Психолог: Вспоминая игру, кто-то из вас, может поздравить себя и сказать: «Я отдал жизнь недаром, потому что все выбрал правильно». Кто-то из вас осознал, что потратил жизнь совсем не на то... Кто-то пожалел, что поспешил израсходовать себя? Быть может, кто-то напротив, очень долго ждал и многое упустил... А кто-то из вас, возможно, подумал: «Если бы повторить игру, я бы повел себя более разумно»... То, как мы расходует свое время, возможности, позволяет достаточно верно судить о наших истинных ценностях. Какие мысли, ассоциации возникли у вас в ходе этой игры (подвести к понятию «жизненные или духовные ценности важность развития личности человека»).

Упражнение «Пересядьте те, кто...».
Любит путешествовать.
Нравится слушать музыку.
Регулярно чистит зубы.
Плачет, когда смотрит печальные фильмы.
Верит в равные права девушек и юношей.
В этом месяце прочитал новую книгу.
Играет на музыкальном инструменте.
Говорит на иностранном языке.
Любит учиться.
У кого порядок в сумке и на рабочем столе.
У кого есть друзья в классе...
Упражнение «Заброшенный сад».

Психолог: Пожалуйста, закройте глаза. Несколько раз глубоко вдохните и выдохните. Представьте себе, что вы бродите по какому-то большому поместью. Вы видите высокие стены, целиком заросшие плющом. В стене вы замечаете старую деревянную дверь. Поддавшись внезапному порыву, вы открываете створки и входите внутрь...

Вы обнаруживаете, что оказались в старом саду. По-видимому, раньше этот сад был цветущим, аккуратным и очень ухоженным. Но сейчас он совсем одичал. Деревья и кусты необузданно разрослись во все стороны, сорняков столько, что дорожки и клумбы стали едва различимы.

Вы начинаете наводить порядок в окружающей вас части сада.

Возможно, вы будете косить траву, выпалывать сорняки, обрезать сучья, пересаживать растения, поливать их, вносить удобрения. Делайте все, что, как вам кажется, надо сделать, чтобы привести сад в порядок...

А когда вы устанете и вам понадобится источник вдохновения для продолжения работы, остановитесь и посмотрите на ту часть сада, которую вы уже привели в порядок, и сравните ее с той, которой ваша рука еще не касалась (3 минуты).

Теперь скажите саду «до свидания» и со свежими силами возвращайтесь сюда.

После завершения упражнения проведите рефлексию.

Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание.

Занятие 6. «Ни печали без радости, ни радости без печали»

Цель: расширение представлений о жизненных проблемах и способах их преодоления.

Приветствие

Психолог: Попрошу всех участников группы встать и поприветствовать друг друга не стандартными способами. Например, касаясь или постукивая друг друга плечами, спинами, ступнями ног и т.д. Что происходило с вами после вчерашнего занятия, какие чувства наполняют вас сейчас?

Упражнение «Мой цвет».

Подготовить набор карточек семи разных цветов.

Психолог: Предлагаю вам набор из семи карточек разных цветов. Выберите цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

Притча «О трудностях».

Предлагается послушать притчу «О трудностях».

Обсуждение: Понравилась ли вам притча? Чем? Понятен ли вам смысл притчи? Согласны ли вы с выводами автора?

Упражнение «Самоанализ и самооценка».

Участникам предлагается поработать самостоятельно и сформулировать причины жизненных трудностей человека, определить те жизненные трудности, которые поджидают человека на жизненном пути. Затем прикрепить к доске ватман, на котором выписать трудности, встречающиеся в жизни человека. Ребятам предлагается сравнить и обсудить, что у них получилось.

Обсуждение.

Упражнение «Через три года».

Психолог: Предлагаю вам выполнить упражнение, которое позволит взглянуть на жизненные проблемы в более широком контексте, сопоставив их с собственным будущим. Кроме того, оно дает повод задуматься, какая деятельность для нас действительно важна, а о чем через несколько лет мы даже и не вспомним.

Психолог просит участников составить список наиболее важных дел, занимающих их в данный период жизни. Когда список составлен, участникам предлагается представить себе, что они стали старше на три года, и подумать об этих делах и проблемах «задним числом» — так, как будто с тех пор уже прошло три года.

Обсуждение: Что именно вы сможете вспомнить об этой проблеме? Как она влияет на то, как складывается ваша жизнь теперь, по прошествии трех лет? Если бы такая проблема сейчас встала перед вами, как бы вы стали ее решать?

Информационный блок: Каждый из нас – строитель собственной личности. Любой человек способен на многое, если вовремя сумеет заглянуть в себя и увидеть то малое, которое может перерасти в нечто большое и значительное. Как же стать человеком, способным в полной мере реализовать свой потенциал? Нужно просто прислушаться к тем советам, которые предлагают нам люди, которые имеют на это право. Учащимся раздаются буклеты «Советы Чарли Чаплина».

Сказка «Охотник и его сыновья».

Психолог знакомит учащихся со сказкой «Охотник и его сыновья», написанную А.А.Рухмановым, которая может заставить задуматься о том, готовы ли мы к преодолению трудных жизненных ситуаций.

Обсуждение: О чем эта история? Чему она учит? Как она может помочь в реальной жизни?

Психолог: История учит тому, что под стеклянным колпаком всю жизнь не проживешь, что жизнь без тревог и забот – это не жизнь, что именно заботы и тревоги приносят человеку радость. Наша жизнь — это радости и огорчения, удачи и неудачи, конфликты и примирения, заботы, в общем, сплошные проблемы. И каждый раз мы должны решать их. Вся жизнь состоит из стрессовых ситуаций, без которых она невозможна.

Упражнение «Воздушные шары».

Психолог: Для того, чтобы легче перенести стресс, психологи разрабатывают советы, различные упражнения.

Каждому участнику раздается по два воздушных шара и фломастеры. Ребятам предлагается вспомнить несколько неприятных ситуаций, приводящих к стрессу. Надувая шарик, представить, что в него передаются отрицательные эмоции. Затем проколоть шарик иголкой, представив, что все отрицательные эмоции улетучились.

Предлагается надуть еще один шарик, представляя, что он наполняется положительной энергией. Подбрав, слово, обозначающее положительную эмоцию, написать его на шарике. Шарик подбрасывается вверх. Наблюдая за ним, следует попытаться закрепить в сознании те слова, которые на нем написаны. Которые были на нем изображены. В дальнейшем, когда участникам придется столкнуться с какой-либо неприятной ситуацией, им следует вспомнить об этом шарике и о том, что было на нем изображено.

Упражнение «Передай мяч, не используя ладони»

Участники встают в круг. Передают друг другу мяч, не прикасаясь к нему ладонями. Так несколько раз. На заключительном круге, передавая мяч обычным образом, заканчивают предложение: «Любая проблема может быть решена, если...».

Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание.

Занятие 7. «С кем поведешься от того и наберешься»

Цель: осознание подростками необходимости и важности объединения людей в группы по интересам; формирование убеждения, что каждый человек несет персональную ответственность за свое решение.

Приветствие.

Психолог: Попрошу всех участников группы встать и поприветствовать друг друга не стандартными способами. Например, касаясь или постукивая друг друга плечами, спинами, ступнями ног и т.д. Что происходило с вами после вчерашнего занятия, какие чувства наполняют вас сейчас?

Упражнение «Мой цвет».

Подготовить набор карточек семи разных цветов.

Психолог: Предлагаю вам набор из семи карточек разных цветов. Выберите цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

Упражнение-разминка «Карлики и великаны».

Все встают в круг. На команду «Великаны!» – все стоят, а на команду: «Карлики!» – нужно присесть. Ведущий пытается запутать участников: приседает на команду «Великаны!».

Упражнение «Ассоциации».

Психолог: Какие ассоциации возникают у нас, когда мы слышим слово «компания»?

Слова, которые называют участники, записываются на доске: «друг», «не бросят», «гуляем», «разговариваем», «не скучно» и др.

Психолог: Вывод: в основном слово «компания» вызывает у нас позитивные чувства.

Беседа о причинах объединения в группы.

Психолог обращает внимание учащихся на то полезное, что может принести то или иное объединение («научился играть на гитаре», «ездить на мотоцикле», «стал сильнее», «стал увереннее в себе»), затем интересуется, всегда ли это влияние является положительным?

Упражнение «Различия».

Психолог предлагает учащимся подумать и назвать отличия отрицательной компании от положительной. Ответы записываются на доске.

Упражнение «Алгоритм двух «О».

Психолог: Как вы думаете, можно ли отказаться от предложения, если оно не совпадает с вашими планами, интересами? Как?

Участникам предлагается перечислить несколько ситуаций, в которых им было необходимо отказаться от тех или иных предложений.

Психолог: Например, друзья приглашают на дискотеку, но у вас другие планы. Существует алгоритм двух «О» (алгоритм «Оптимального Отказа»): Я-сообщение + отказ + аргумент + встречное предложение («Мне приятно, что ты меня пригласил, + но я не могу пойти, + так как у меня важная встреча, + пойдем лучше завтра в кино»). Алгоритм записывается на доске. Далее участники делятся на пары, один из них уговаривает другого (за основу можно взять реальную ситуацию), второй отказывается, используя предложенный алгоритм, затем участники меняются ролями.

Обсуждение: Кому удалось отказаться? За счет чего это удалось? Кому не удалось? Почему? Какие чувства испытывали, играя разную роль? Что было проще, уговаривать или отказываться? Что вы чувствовали, когда вам вежливо отказывали? Всегда ли отказ звучал убедительно?

Тест «Ваша компания».

Психолог: Вам нужно выбрать наиболее подходящий вариант ответа.

Обсуждение: Согласны ли с полученными результатами? Какие выводы для себя сделали?

Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет». Прощание.

Занятие 8. «Семья в куче, не страшна и туча»

Цель: осмысление роли ближайшего окружения как источника поддержки.

Оборудование: бумага для записей, карандаши.

Приветствие.

Психолог: Попрошу всех участников группы встать и поприветствовать друг друга не стандартными способами. Например, касаясь или постукивая друг друга плечами, спинами, ступнями ног и т.д. Что происходило с вами после вчерашнего занятия, какие чувства наполняют вас сейчас?

Упражнение «Мой цвет».

Подготовить набор карточек семи разных цветов.

Психолог: Предлагаю вам набор из семи карточек разных цветов. Выберите цвет, который вам больше всего нравится в настоящий момент.

Упражнение «Генеалогическое древо».

Психолог: Откуда мы родом? Где наши корни? И что такое корни? Корни – это то, что дает нам поддержку. Предлагаю вам изобразить генеалогическое древо своей семьи, представив себя стволом дерева, а родителей, бабушек дедушек – корнями. Сколько уровней корней (поколений семьи) может нарисовать каждый из присутствующих? Нужно написать имена тех родственников, которых вы вспомните.

Обсуждение: Вывод: семья – это наши корни. Оказывается, это именно она дает нам поддержку уверенность в том, что мы кому-то нужны.

Анкета «Моя семья».

Участники самостоятельно отвечают на вопросы анкеты.

Упражнение «Копилка семейных трудностей».

Психолог предлагает обсудить вопрос: каковы наиболее распространенные трудности в отношениях подростков и родителей? По результатам обсуждения составляется «Копилка семейных трудностей», которая фиксируется на доске. Желательно, чтобы трудности формулировались детально: «непонимание» со стороны родителей может оказаться и запретами смотреть телевизор до ночи, и отсутствием у родителей времени поговорить о делах.

Упражнение «Советы».

Психолог: Предлагаю подготовить советы родителям по преодолению жизненных трудностей их детьми. Раздаются листочки бумаги.

Психолог: Вы эти листочки не подписывайте. На каждом листочке – один совет.

Все листочки собираются в корзину, перемешиваются. Психолог вытягивает советы, зачитывает участникам.

Обсуждение.

Упражнение «Фразы».

Участникам предлагается порассуждать над некоторыми фразами великих людей.

Не делайте из ребенка кумира: когда он вырастет, то потребует много жертв (П. Буаст).

Плох тот воспитатель детей, кто не помнит своего детства (Эбнер-Эшенбах).

Бранью достигается лишь одна треть, любовью и уступками – все (Жан Поль).

Психолог: Могут ли такие отношения, которые заключены в словах великих людей, привести к жизненным затруднениям?

Упражнение «Я горжусь».

Психолог: Закройте глаза и представьте большой лист бумаги, на котором красивыми большими буквам написано: «Я горжусь тем, что в моей семье...».

После того как участники внимательно рассмотрят красивые буквы, ведущий предлагает им мысленно дописать это предложение, а затем рассказать, что удалось дописать.

Подведение итогов. Упражнение «Мой цвет».

Прощание.

Психолог: Я попрошу каждого из вас сказать, что ему сегодня больше всего понравилось на занятии. Вы бы посоветовали своим друзьям тоже прийти на занятия? Мы узнали, как правильно делать выбор, научились думать о себе, размышлять о своих интересах, как правильно общаться с окружающими. Я вам искренне желаю успеха в вашей дальнейшей жизни.

ТЕХНОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, СОВЕРШИВШИХ ПРЕСТУПЛЕНИЕ ИЛИ В ОТНОШЕНИИ КОТОРЫХ СОВЕРШЕНО ПРЕСТУПЛЕНИЕ (В ТОМ ЧИСЛЕ В ПОМЕЩЕНИИ «ДРУЖЕСТВЕННОМ ДЕТЯМ»)

Автор

Наталья Алексеевна Белоусова, заведующий отделением социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Традиционно главным институтом воспитания для ребенка является семья, которая может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного факторов воспитания. Положительное воздействие семьи на личность ребенка состоит в том, что никто кроме самых близких для него в семье людей не относится к ребенку лучше, не чувствует его лучше других, никто не любит его так безусловно и не заботится больше, чем они. И вместе с тем, никакой другой социальный институт не может потенциально нанести столько вреда в воспитании детей, сколько может сделать семья.

Как показывает статистика, именно в семье в 85–90 % случаев в отношении детей совершаются преступления родителями или близкими родственниками. И в последнее время (по данным Следственного комитета РФ) число преступлений, совершенных в отношении несовершеннолетних значительно увеличилось.

Основной акцент в работе с семьями несовершеннолетних, в отношении которых совершены тяжкие или особо тяжкие противоправные действия, либо которые сами совершили преступления, ставится на выработку новых жизненных установок в семье, с учетом полученного несовершеннолетними негативного жизненного опыта. Оказанию психологической помощи предшествует углубленное психологическое обследование ребенка, при проведении которого используются методики, позволяющие оценить характер и тяжесть психотравмирующих факторов. С учетом полученных результатов строится психокоррекционная работа, которая включает индивидуальные занятия с несовершеннолетним и его родителями (законными представителями), а также близкими людьми.

Системный подход обусловлен тесной взаимосвязью ребенка со значимыми для него взрослыми, прежде всего, членами семьи. Эта взаимосвязь и взаимовлияние могут носить как положительный, так и отрицательный характер. Например, ребенок, получающий поддержку со стороны родителей, легче переносит психическую травму. Наоборот, осуждение ребенка родителями, обвинение его в случившемся, а особенно замалчивание, существенно утяжеляет его психологическое состояние. Практика работы по данному направлению показывает, что чаще всего насилие совершается либо членами семьи, либо дальними родственниками.

Основная проблема в работе с данными семьями – это боязнь огласки, осуждения со стороны социума, нежелание родителей «впускать» в ситуацию посторонних людей.

Поэтому основная идея технологии – незамедлительно начать процесс социальной реабилитации несовершеннолетних, которые совершили преступления или в отношении которых совершено преступление всех членов семьи, выработка новых жизненных установок и ценностей в семье. Чтобы минимизировать негативные последствия, как для несовершеннолетних, так и для их семьи.

Целевая группа:

- несовершеннолетние, совершившие преступление;

- несовершеннолетние, в отношении которых совершено преступление;
- члены семей данных несовершеннолетних.

Направленность

Социально-педагогическая технология. Психолого-педагогическое просвещение детей, замещающих родителей.

Вид технологии

Технология социальной адаптации.

Цель: профилактика обстоятельств, способствующих ухудшению ситуации в семьях, где несовершеннолетние совершили преступления или в отношении которых совершено преступление.

Задачи:

1. Оказание социальной помощи и поддержки несовершеннолетним, которые совершили преступление или в отношении которых совершено преступление, и их семьям.
2. Оптимизация внутрисемейных отношений.
3. Совершенствование межведомственного взаимодействия и привлечение социальных партнеров к решению проблем целевой группы.

Ожидаемые результаты

Таблица 1

Задачи	Ожидаемые результаты
Оказание социальной помощи и поддержки несовершеннолетним, в отношении которых совершено преступление и которые совершили преступление, и их семьям	Соблюдения прав и законных интересов несовершеннолетних
Оптимизация внутрисемейных отношений	Стабилизация психологического микроклимата в семьях, восстановление социального статуса семей
Совершенствование межведомственного взаимодействия и привлечение социальных партнеров к решению проблем целевой группы	Повышение качества предоставляемых услуг, расширение круга социального партнерства

Формы и методы работы

Формы работы:

- организационные: участие специалистов учреждения при проведении следственных и иных процессуальных действия с участием несовершеннолетних; оперативный обмен информацией по несовершеннолетнему (семье) с социальными партнерами;
- исследовательские: диагностика целевой группы (входные данные, выходные данные), постановка «социального диагноза»;
- практические: реализация плана мероприятий технологии с привлечением социальных партнеров, проведение мониторинга процесса;
- аналитические (анализ достигнутых результатов, оценка эффективности проведенных реабилитационных мероприятий в отношении несовершеннолетнего и его семьи).

Методы работы:

- диагностика, в том числе методами интервью, тестирования, анкетирования:
- социально-педагогическая (социограмма, генограмма, «Лестница», «Цветовой тест отношений», Карта страны чувств», «Социальная карта клиента» и др.),
- социально-психологическая (исследование психофизиологических и эмоциональных особенностей личности – тест – СОНДИ; тест – УСК; тест – ОРО; тест – АСВ; тест Люшера; уровень субъективного самоконтроля; исследование волевой саморегуляции; шкала К. Кернс на определение надежности привязанности ребенка к родителя; методика исследования внушаемости; исследование детско-родительских взаимоотношений – методика Рене Жиля; детский апперцептивный

тест САТ; методика Е. Бене, Е. Антони «Эмоциональные отношения в семье»; цветовой тест отношений ЦТО; методика PARI; опросник ОДРЭВ; проективные методы «Рисунок семьи», «Рисунок человека», «Три дерева», «Розовый куст» и др.); анкета оценки социально-психологического состояния подростков, И.М. Никольской, И.В. Добрякова; шкала личностной тревожности Прихожан А.М.; детская шкала для диагностики тяжести реакций на травматический стресс Пинос Р., Стейнберг А.; методика диагностики представлений ребенка о насилии «Незаконченные предложения» Волкова Е.Н.; интервью для диагностики насилия, Волкова Е.Н.; карта наблюдения для выявления внешних физических и поведенческих проявлений, характерных для ребенка пережившего ситуацию насилия, Волкова Е.Н.; метод серийных рисунков и рассказов, Никольская И.М.; метод наблюдения игровой деятельности, направленная игра; карта наблюдения «Оценка риска семейного неблагополучия». В том числе в помещении, дружественном к детям;

– беседа (индивидуальная форма работы, метод сбора первичных данных на основе вербальной коммуникации);

– мозговой штурм (групповые формы работы, поиск альтернативных, инновационных путей решения проблем);

– консультирование (индивидуальное, семейное, помощь в решении проблем, в осознании и изменении малоэффективных моделей поведения, для разрешения возникающих проблем, достижения поставленных целей).

СОДЕРЖАНИЕ

Направление деятельности

реабилитационное:

– организация работы специалистов учреждения в помещении, дружественном детям (во исполнение четырехстороннего приказа от 17.03.2015 № 20/201/148-р/282 «О порядке межведомственного взаимодействия при проведении следственных и иных процессуальных действия с участием несовершеннолетних);

– предоставление несовершеннолетним и их семьям социальных услуг (психологическая помощь и поддержка, социально-правовая помощь, психологическая и педагогическая коррекция);

– взаимодействие с социальными партнерами.

Тематический план

Таблица 2

№ п/п	Направления деятельности	Формы, методы работы	Сроки	Исполнители
Организационный этап (1–2 недели)				
1.	1. Участие специалистов учреждения при проведении следственных и иных процессуальных действия с участием несовершеннолетних 2. Оперативный обмен информацией по несовершеннолетнему (семье) с социальными партнерами 3. Организация работы с семьей	1. Диагностика несовершеннолетнего, семьи (входные данные). 2. Запросы в организации и ведомства (устные, письменные). 3. Мотивация семьи на сотрудничество. 4. Назначение ответственных за работу с семьей. 5. Оформление пакета документов для признания несовершеннолетнего (его семьи) нуждающимися в социальном обслуживании. Направления пакета документов в Комиссию по признанию граждан нуждающимися в социальном обслуживании. 6. Заключение договора о предоставлении социальных услуг с законным представителем несовершеннолетнего	1–2 недели	заведующий отделением, специалисты отделения
Основной этап, социальная реабилитация (3–6 месяцев)				

2.	Проведение реабилитационных мероприятий	Реализация индивидуальной программы предоставления социальных услуг: - психологическая помощь и поддержка, психологическая и педагогическая коррекция, социально-правовая помощь, социальный патронаж семей целевой группы	в период реализации технологии	заведующий отделением, специалисты отделения
3.	Межведомственное взаимодействие	1. Рабочие встречи с социальными партнерами . 2. Оперативный обмен информацией с социальными партнерами	в период реализации технологии	заведующий отделением, специалисты отделения
Заключительный этап (1–2 недели)				
4.	Подведение итогов. Анализ проведенной работы	1. Диагностика несовершеннолетнего, семьи (итоговая). 2. Оценка результативности проведенной работы (во взаимодействии с социальными партнерами). 3. Разработка и предоставление рекомендаций, результатов работы с семьей: - родителям; - социальным партнерам	1-2 недели	заведующий отделением специалисты отделений

Механизм реализации:

1. Получение первичной информации о несовершеннолетнем:

- следственный комитет Следственного Управления России по г. Сургуту;
- отделения по делам несовершеннолетних Управления Министерства внутренних дел России по г. Сургуту;
- территориальная комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав при Администрации г. Сургута.

2. Организация участия специалистов при проведении следственных и иных процессуальных действий с участием несовершеннолетних (в помещении, «Дружественном детям», во исполнение четырехстороннего приказа от 17.03.2015 № 20/201/148-р/282 «О порядке межведомственного взаимодействия при проведении следственных и иных процессуальных действия с участием несовершеннолетних»).

3. Проведение первичной диагностики несовершеннолетнего (семьи), постановка предварительного «социального диагноза».

3. Мотивация семей на сотрудничество.

4. Организация работы с семьями:

4.1. Оформление пакета документов для признания несовершеннолетнего, его семьи нуждающимися в социальном обслуживании.

4.2. Направление пакета документов на Комиссию по признанию граждан нуждающимися в социальном обслуживании.

4.3. Заключение договора между учреждением и законным представителем несовершеннолетнего на предоставление социальных услуг.

4.4. Реализация индивидуальной программы предоставления социальных услуг во взаимодействии с социальными партнерами (социальное сопровождение).

4.5. Анализ реализации индивидуальной программы предоставления социальных услуг/ оценка результативности проведенной работы. Принятие решения о дальнейшей работе с семьей: корректировка индивидуальной программы предоставления социальных услуг; пролонгирование индивидуальной программы предоставления социальных услуг.

4.6. Завершение индивидуальной программы предоставления социальных услуг:

– предоставление рекомендаций родителям (законным представителям) (по созданию благоприятных условий для несовершеннолетнего, по формированию адекватной самооценки, положительного образа «Я», восстановлению нарушенных связей и навыков общения со сверстниками);

– направление рекомендаций по взаимодействию с несовершеннолетними, результатов работы с семьей в органы полиции, Следственный комитет (при необходимости).

Ресурсное обеспечение

Финансовые ресурсы. Технология реализуется в рамках основной деятельности, без привлечения дополнительных средств.

Кадровые ресурсы

Таблица 3

Должность	Кол-во штатных единиц.
Заместитель директора	1
Заведующий отделением	1
Методист	1
Социальный педагог	2
Психолог	6
Юрисконсульт	1
Специалист по социальной работе	5
Инспектора по делам несовершеннолетних отделов полиции	10–15
Следователи Следственного комитета, отделов полиции	10–15

Материально-технические ресурсы:

- 10 кабинетов для приема клиентов;
- 1 кабинет компьютерной диагностики;
- помещение, дружественное детям;
- программное обеспечение «АИС-УСОН», «АИС РППСУ», «АИС-БДСД»;
- автомобиль для выездов в семьи клиентов (1 единица – «Экстренная детская помощь»);
- персональные компьютеры (6);
- локальная сеть;
- принтеры (4);
- ксерокс (1);
- техническое оборудование (аудио-видео, проекторы);
- канцелярские товары (бумага, карандаши, фломастеры, мелки, ручки, ватманы и др.).

Информационные ресурсы:

- интернет-ресурсы (сайты Администрации г. Сургута, Управления социальной защиты г. Сургута и Сургутского района, «Социопрофи», «Перспективное детство Югры»);
- средства массовой информации (телевидение, периодическая печать).

Методические ресурсы:

- подбор и систематизация методической литературы по тематике проекта;
- разработка методических рекомендаций, памяток, буклетов, алгоритмов;
- алгоритм проведения психолого-педагогического обследования несовершеннолетних;
- буклеты для родителей «Как преодолеть конфликт», «Приемы конструктивного взаимодействия с детьми»; «Приемы снятия стресса»;

– буклеты для несовершеннолетних «Приемы снятия стресса», «Жизненные ценности подростка», «Толерантность-дорога к миру и согласию», «Твой возраст – твои права», «Семья – основа общества»;

- разработка плана реализации технологии, корректировка;
- разработка анкет, проведение социологических опросов:
- «Детско-родительские отношения»;
- «Причины возникновения трудной жизненной ситуации в семьях»;
- «Создай себя сам»;
- проведение методических, технических учеб для специалистов.

Инфраструктурные ресурсы. Используются ресурсы Учреждения.

Контроль и управление

Контроль хода реализации технологии осуществляется заместителем директора. Определяются следующие виды контроля:

Текущий (аудит личных дел клиентов, аудит документации специалистов):

- 1) Анализ и оценка работы специалистов отделения на основе Системы менеджмента качества. Выявление имеющихся резервов и возможностей эффективного использования ресурсного потенциала.
- 2) Рассмотрение вопросов на заседаниях Реабилитационного совета учреждения.
- 3) Выработка корректирующих действий, направленных на устранение недостатков, выявленных в процессе работы.

Заключительный: анализ и оценка работы специалистов отделения на основе Системы менеджмента качества. Выработка корректирующих действий, направленных на устранение недостатков, выявленных в процессе работы.

Общее руководство в период реализации осуществляет заведующий отделением. Он непосредственно взаимодействует с заместителем директора учреждения и специалистами отделения информационно-аналитической работы, курирующих методическую деятельность учреждения.

Критерии оценки эффективности

Таблица 4

Критерии оценки эффективности	
Качественные	Количественные
Снижения количества правонарушений и преступлений, совершенных в отношении несовершеннолетних, и самими несовершеннолетними	Количество несовершеннолетних, у которых последствия психотравмы минимизированы
Социально-психологическое оздоровление семей	Количество семей, в которых внутрисемейная ситуация стабилизировалась
Осуществление системной работы субъектов профилактики, вовлеченных в реализацию технологии	Количество привлеченных социальных партнеров

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Булыгина, В. Г. Психокоррекционная работа с подростками группы риска / В. Г. Булыгина, Е. А. Мирошниченко // Психологические проблемы современной российской семьи. Детская психология. Часть 2 : тезисы к конференции / В. Г. Булыгина. – Москва : Б. и., 2005. – 560 с. – Текст : непосредственный.
2. Гонеев, А. Д. Основы коррекционной педагогики / А. Д. Гонеев. – Москва, 1999. – 280 с. – Текст : непосредственный.
3. Индивидуально-типологический опросник (Л. Н. Собчик). – URL : <http://www.ht.ru/tests/bank/annrtf/ito.php> (дата обращения: 02.12.2021).

4. Левченко, И. Ю. Патопсихология: теория и практика : учебное пособие для студентов педагогических вузов / И. Ю. Левченко. – Москва : Academia, 2000. – 230 с. – Текст : непосредственный.

5. Лукин, С. Е. Фрустрационный тест С. Розенцвейга / С. Е. Лукин, А. В. Суворов. – Санкт-Петербург : Иматон, 1993. – 65 с. – Текст : непосредственный.

6. Осипова, А. А. Общая психокоррекция / А. А. Осипова. – Москва : Б. и., 2001. – 512 с. – Текст : непосредственный.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

АЛГОРИТМ ПРОВЕДЕНИЯ

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

1. Основанием для проведения психолого-педагогического обследования является запрос, полученный в письменной или электронной форме, либо направленный почтовым отправлением (курьером):

– из компетентных органов (полиции, следственного комитета, органов опеки и попечительства, суда, адвокатской коллегии и т. д.).

2. Необходимые условия для выполнения запроса на проведение обследования:

2.1 Признание несовершеннолетнего нуждающимся в социальном обслуживании:

– оформление пакета документов на несовершеннолетнего для признания его нуждающимся в социальном обслуживании;

– утверждение программы предоставления социальных услуг;

– заключение договора с родителем (законным представителем) о предоставлении социальных услуг.

2.2. Наличие/отсутствие эксперта:

2.2.1. При наличии эксперта заведующим отделением определяется исполнитель запроса на проведение обследования.

2.2.2. При отсутствии эксперта заведующим отделением осуществляется подготовка ответа в соответствующие органы о невозможности выполнения запроса с обоснованием.

3. Организация работы по проведению обследования:

3.1. Согласование с клиентами даты и времени проведения обследования.

4. Проведение обследования (срок проведения 5–10 рабочих дней):

4.1. Индивидуальное личностно-ориентированное консультирование получателя социальных услуг.

4.2. Семейное консультирование членов семьи (при необходимости).

4.3. Диагностика (компьютерная, клиническая беседа, наблюдение, по проективным методикам).

4.4. Внесение данных получателя социальных услуг в программу АИС-УСОН (заполнение карточки, проставление услуг).

5. Подготовка заключения психоло-педагогического обследования (срок 3 рабочих дня).

6. Направление заключения в соответствующие органы.

Приложение 2

АНКЕТА

«ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЕ ОТНОШЕНИЯ» (ДЛЯ ПОДРОСТКОВ)

Ответьте, пожалуйста, на все вопросы анкеты.

1) Считаете ли Вы, что в Вашей семье существует взаимопонимание с родителями?

Да

Нет

Затрудняюсь ответить

Другое (напишите) _____

2) Знают ли родители твоих друзей?

Да

Нет

Не интересуюсь

Другое (напишите) _____

3) Как родители относятся к твоим друзьям?

Положительно

Отрицательно

Не интересуются

Другое (напишите) _____

4) Кому Вы рассказываете о своих проблемах, трудностях?

Маме

Папе

Брату, сестре

Бабушке, дедушке

Друзьям

Другое (напишите) _____

5) Какие методы воспитания используют родители?

Убеждение (объяснение, внушение, совет)

Личный пример

Поощрение (похвала, подарки, интересная перспектива)

Наказание (лишение удовольствий, телесные наказания)

Другое (напишите) _____

6) Как Вы проводите досуг со своими родителями?

Не проводим свободное время вместе

Дома у телевизора

Занимаемся спортом

Выезжаем на природу, на дачу

Культурная программа (кино, театр, музыка и т. д.)

Чтение книг

Занимаемся рукоделем

Играем в компьютерные игры

Путешествуем

Не проводим досуг вместе

Другое (напишите) _____

7) Как часто Ваша семья собирается вместе?

Ежедневно

По выходным дням

Редко

Наша семья не собирается вместе

Другое (напишите) _____

8) Какие семейные традиции есть в Вашей семье?

Нет семейных традиций

Отдыхаем всегда вместе

Дома о проблемах не говорим

Ездим на рыбалку

Крупные праздники празднуем вместе (В Новый год вместе наряжаем елку и т.д.)

Совместное приготовление торта, лепим пельмени и т. д.

Собираемся всей семьей за обедом

Отдыхать отдельно друг от друга

Другое (напишите) _____

9) Помогают ли Вам родители делать домашнее задание?

Да

Нет

Другое (напишите) _____

10) Из каких источников Ваши родители узнают о школьной жизни?

Из дневника

На родительских собраниях

Из личных встреч с классным руководителем (учителями)

Сам рассказываю родителям

Родители не интересуются

Другое (напишите) _____

11) Как Вы оцениваете свои взаимоотношения с родителями?

Отношения очень хорошие

Скорее хорошие, чем плохие

Скорее плохие, чем хорошие

Плохие

Другое (напишите) _____

Укажите несколько слов о себе:

Ваш пол:

Ж

М

Ваш возраст: _____

Спасибо за участие в опросе!

Приложение 3

АНКЕТА

«ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЕ ОТНОШЕНИЯ» (ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ)

Ответьте, пожалуйста, на все вопросы анкеты.

1) Считаете ли Вы, что в Вашей семье существует взаимопонимание с детьми?

Да

Нет

Затрудняюсь ответить

Другое (напишите) _____

2) Знаете ли Вы друзей ваших детей?

Да

Нет

Не интересуюсь

Другое (напишите) _____

3) Как Вы относитесь к друзьям своего ребенка?

Положительно

Отрицательно

Не интересуются

Другое (напишите) _____

4) Кому Ваш ребенок рассказывает о своих проблемах, трудностях?

Маме

Папе

Брату, сестре

Бабушке, дедушке

Друзьям

Другое (напишите) _____

5) Какие методы воспитания ребенка Вы используете?

Убеждение (объяснение, внушение, совет)

Личный пример

Поощрение (похвала, подарки, интересная перспектива)

Наказание (лишение удовольствий, телесные наказания)

Другое (напишите) _____

6) Как Вы проводите досуг со своим ребенком?

Дома у телевизора

Занимаемся спортом

Выезжаем на природу, на дачу

Культурная программа (кино, театр, музыка и т.д.)

Чтением книг

Занимаемся рукоделем

Играем в компьютерные игры

Путешествуем

Не проводим досуг вместе

Другое (напишите) _____

7) Как часто Ваша семья собирается вместе?

Ежедневно

По выходным дням

Редко

Наша семья не собирается вместе

Другое (напишите) _____

8) Какие семейные традиции есть в Вашей семье?

Нет семейных традиций

Отдыхаем всегда вместе

Дома о проблемах не говорим

Ездим на рыбалку

Крупные праздники празднуем вместе (В Новый год вместе наряжаем елку и т.д.)

Совместное приготовление торта, лепим пельмени и т.д.

Собираемся всей семьей за обедом

Отдыхать отдельно друг от друга

Другое (напишите) _____

9) Из каких источников Вы узнаете о школьной жизни ребенка?

Из дневника ребенка

На родительских собраниях

Из личных встреч с классным руководителем (учителями)

Ребенок сам рассказывает

Не интересуюсь

Другое (напишите) _____

10) Помогаете ли Вы ребенку делать домашнее задание?

Да

Нет

Другое (напишите) _____

11) Как Вы оцениваете свои взаимоотношения с ребенком?

Отношения очень хорошие

Скорее хорошие, чем плохие

Скорее плохие, чем хорошие

Плохие

Другое (напишите) _____

12) Укажите, к помощи, каких специалистов Вы обращаетесь при возникновении трудностей с Вашим ребенком?

Сам (и) все решаю свои проблемы

К знакомым

К социальным педагогам

В учреждения помощи семье и детям

Другое (напишите) _____

В заключение укажите несколько слов о себе:

Ваш пол:

Ж

М

Ваш возраст: _____

Ваше образование:

Незаконченное среднее

Среднее

Высшее незаконченное

Высшее

В какой сфере деятельности Вы трудитесь:

Здравоохранение

Промышленность

Коммунальное хозяйство

Система образования, здравоохранения, социальное обслуживание, культура

Правоохранительные органы

Другое (напишите) _____

Приложение 4

**АНКЕТА
«ПРИЧИНЫ СОВЕРШЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ
ПРОТИВОПРАВНЫХ ПОСТУПКОВ»**

1. Твой пол

а) мужской

б) женский

2. Твой возраст (полных лет) _____ лет

3. Состав твоей семьи (подчеркни) мама, папа, брат, сестра, бабушка, дедушка, другие (кто, напиши) _____

4. Кто в твоей семье занимается воспитанием детей _____

5. Как ты оцениваешь свои взаимоотношения с родителями?

- а) отношения хорошие, доверительные
- б) отношения хорошие, но не доверительные
- в) отношения плохие
- г) отношения очень плохие
- д) затрудняюсь ответить

6. Почему, на твой взгляд, подростки совершают правонарушения?

- а) от нечего делать, от безделья
- б) им хочется экстрима
- в) на совершение противоправных поступков их подбивают друзья
- г) назло родителям
- д) хочется быть «крутыми»
- е) затрудняюсь ответить
- ж) другое _____

7. Знаешь ли ты, какую уголовную и административную ответственность влечет за собой совершение противоправных действий?

- а) да
- б) нет
- в) что-то знаю

8. Как ты считаешь, какие условия необходимо создать подростку, чтобы он не совершал правонарушения и преступления?

- а) благоприятную семейную обстановку
- б) занятость (посещение секций, кружков по интересам и др.)
- в) вовлеченность в общественно значимые мероприятия (волонтерские движения, молодежные организации и др.)
- г) хорошее отношение со стороны учителей и одноклассников
- д) затрудняюсь ответить
- е) другое _____

Спасибо за участие в опросе!

**ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ
КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ,
СОСТОЯЩИХ НА СОЦИАЛЬНОМ ОБСЛУЖИВАНИИ
В УЧРЕЖДЕНИИ «ОПАСНАЯ ГРАНЬ»**

Авторы-составители:

Татьяна Юрьевна Егорова, заведующий отделением информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения»;

Светлана Николаевна Макеева, специалист по социальной работе отделения социального сопровождения граждан бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

В настоящее время в современном мире становится все более актуальной проблема возникновения новой формы психической патологии – зависимость от применения современных телекоммуникационных и информационных технологий. Растет число людей, увлекающихся компьютерными играми (виртуальным общением).

Международное сообщество признало наличие «игровой угрозы» и ввело в реабилитационную практику специальный медицинский термин данному виду зависимости – лудомания (международный код F 63.0).

Следует отметить негативные последствия этого процесса, влияющего на социально - психологическое здоровье подростков, такие как игромания.

Если в XX в. первенство было за игровыми автоматами, которые процветают и по сей день, то в начале XXI в. чаще всего встречается компьютерная игровая зависимость.

Игромания – это пагубное явление (согласно Всемирной организации здравоохранения – это болезнь), она изменяет человека духовно (разрушает психологическое здоровье) и физически (пассивный образ жизни ведет к целому ряду физиологических нарушений).

Мир игромании сегодня приблизился к каждому из нас. Все чаще мы говорим о ней, читаем в прессе, слышим о трагедиях, произошедших в семьях знакомых, виной которых стала игромания.

Особое беспокойство вызывает тот факт, что игромания «молодеет». Никогда еще столько детей не играли в опасные игры.

Несовершеннолетние, находящиеся на социальном обслуживании в бюджетном учреждении Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Гелиос» (далее – учреждение), не являются исключением.

В соответствии с законодательством приоритетными направлениями развития округа в рамках защиты несовершеннолетних от игровой зависимости являются:

Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации». Одной из целей государственной политики в интересах детей является «защита детей от факторов, негативно влияющих на их физическое, интеллектуальное, психическое, духовное и нравственное развитие»;

постановление Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 28.09.2012 № 357-п «О стратегии действий в интересах детей в Ханты-Мансийском автономном

округе – Югре на 2012–2017 годы». Особое внимание в Стратегии уделяется сохранению здоровья каждого ребенка.

В округе эффективно используются технологии помощи, направленные на развитие внутренних ресурсов семьи, удовлетворение потребностей ребенка; использование технологий социального партнерства, привлечение гражданского общества к решению актуальных проблем, связанных с обеспечением и защитой прав и законных интересов детей.

В отделении психолого-педагогической помощи семье и детям учреждения с целью выявления отношения несовершеннолетних к компьютерным играм среди 50 подростков, состоящим на социальном обслуживании была проведена диагностика компьютерной зависимости (методом анкетирования). По результатам анкетирования у 23 подростков выявлена игровая зависимость.

Таблица 1

Результаты анкетирования по выявлению компьютерной зависимости среди подростков

Вид деятельности	Процентное соотношение, %
Гуляю с друзьями	15
Читаю	7
Играю в компьютерные игры	46
Слушаю музыку	8
Отдыхаю	6
Посещаю клубы, дискотеки	5
Посещаю кружки	2
Посещаю кинотеатр	3
Посещаю музеи	1
Смотрю TV	7

Таким образом, можно сделать вывод о том, что подростки увлечены компьютерными играми больше, чем посещением музеев, кинотеатров, чтением книг. Возможно, родители не ограничивают время игры за компьютером своему ребенку и разрешают смотреть фильмы, играть в игры, которые предпочитает сам подросток, проводить много времени в социальных сетях.

Но особенно остро в учреждении сегодня стоит вопрос об изучении закономерности и динамики формирования поведенческих расстройств у подростков, страдающих от компьютерной и игровой зависимости, а также разработки мер и ее профилактики.

В соответствии с установкой Всемирной организации здравоохранения выделяются направления профилактики: первичная, вторичная.

Под первичной профилактикой подразумевается комплекс мероприятий, направленных на предупреждение психических заболеваний у психологически здорового человека.

Под вторичной профилактикой следует понимать мероприятия по более раннему выявлению уже начавшегося заболевания, его лечения, с тем, чтобы прервать патологический процесс на начальных стадиях, не допустить острых форм болезни, не допустить перехода в хроническое рецидивное состояние.

Исходя из этого, первичная профилактика обеспечивает наиболее высокое качество деятельности. Если первичная профилактика осуществляется различными специалистами, то достигается наиболее полный результат. Поскольку вторичная профилактика осуществляется при наличии ущерба, уже нанесенного болезнью, ее конечный результат может быть менее полным, чем при первичной профилактике.

Первичная профилактика игровой зависимости - это комплекс профилактических и воспитательных психолого-педагогических мероприятий, обеспечивающих устойчивость к агрессивному воздействию информационной среды, позволяющий предупредить угрозы формирования зависимости среди несовершеннолетних.

Для того, чтобы не допустить у выявленных подростков, страдающих компьютерной зависимостью перехода к стадии заболевания необходимо усилить меры первичной профилактики.

Если в учреждении будет осуществлен комплекс профилактических, психолого-педагогических мероприятий, обеспечивающих устойчивость к агрессивному воздействию информационной среды, то это позволит предупредить угрозу формирования компьютерной зависимости среди подростков, состоящих на социальном обслуживании.

Таким образом, возникла необходимость в разработке программы «Опасная грань», которая планируется к апробации в течение 2017 г.

Целевая группа

Подростки 12–17 лет, состоящие на социальном обслуживании в учреждении, имеющие компьютерную зависимость.

Направленность

Социально-педагогическая программа. Психолого-педагогическое просвещение детей.

Вид программы

Программа социальной адаптации.

Цель

Предупреждение формирования, зависимо (от игры и компьютера) поведения среди подростков в возрасте 12–17 лет, состоящих на социальном обслуживании в учреждении путем пропаганды здорового образа жизни.

Задачи

Организационные: организовать совместную деятельность учащихся и их родителей, направленную на повышение уровня навыков избегания ситуаций, связанных с совершением правонарушений и на укрепление здоровья и важности ведения здорового образа жизни.

Исследовательские: провести диагностику наличия признаков компьютерной и игровой зависимости на начальном и аналитическом этапах апробации программы.

Практические: сформировать профилактические установки противоправных действий в среде подростков посредством пропаганды здорового образа жизни; развить психологические навыки у подростков, необходимые для формирования личной ответственности за свое поведение.

Аналитические: проанализировать эффективность реализации программы.

Таблица 2

Ожидаемые результаты

№ п/п	Задача	Ожидаемый результат (качественный и количественный)	Критерии оценки эффективности
Организационные			
1.	Организовать целевую группу подростков 12–17 лет, состоящих на социальном обслуживании в учреждении, имеющих игровую и компьютерную зависимость	Организована целевая группа подростков 12–17 лет, состоящих на социальном обслуживании в учреждении, имеющих игровую зависимость в количестве 11 подростков	11 подростков будут задействованы в реализации программы
Исследовательские			
2.	Провести диагностику наличия признаков компьютерной и игровой зависимости на начальном и аналитическом этапах апробации программы	Проведена диагностика наличия признаков компьютерной и игровой зависимости у 20 подростков 12–17 лет, состоящих на социальном обслуживании в учреждении, имеющих игровую зависимость	Выявлены 11 подростков, имеющих компьютерную и игровую зависимость
Практические			
3.	Информировать подростков и их ближайшее окружение о негативных последствиях от	Проинформированы 11 подростков и их ближайшее окружение о негативных последствиях от игровой зависимости	11 подростков вовлечены в активную творческую деятельность, выбрали альтернативный способ компьютерным

	компьютерной и игровой зависимости		играм - ведение здорового образа жизни
4.	Сформировать «антизависимые» установки в среде подростков посредством пропаганды здорового образа жизни	80 % подростков из целевой группы выбрали здоровый образ жизни	Большинство подростков смогли отказаться от компьютерной и игровой зависимости
5.	Развить психологические навыки у подростков, необходимые для формирования личной ответственности за свое поведение	У 80 % подростков сформирована ответственность за свое поведение	Большинство подростков изменили свое поведение и выбирают здоровый образ жизни
Аналитические			
6.	Проанализировать эффективность реализации программы	Имеется положительная динамика в аддиктивном поведении целевой группы	Программы актуальна и востребована

Формы и методы

Формы работы:

– групповые: психологический тренинг, дискуссия, беседа, групповое упражнение, собрание, конкурс;

– индивидуальные: консультирование, тестирование.

Методы работы: информирование, беседа, рассказ, объяснение, дискуссия, игра и т. д.

СОДЕРЖАНИЕ

Этапы и сроки реализации:

организационный – март-май 2020 г.;

практический – июнь-ноябрь 2020 г.;

аналитический – декабрь 2020 г.

Направления деятельности

Психолого-педагогическое направление.

Таблица 3

Тематический план

№ п/п	Тема	Срок исполнения	Форма работы	Содержание мероприятия	Ответственные
Организационный этап					
1.	Тест на интернет-зависимость	Март 2020	Тестирование	Диагностика по выявлению наличия признаков компьютерной зависимости	Психологи отделения психологической помощи гражданам
2.	Тест Такера на выявление игровой зависимости	Март 2020	Тестирование	Диагностика по выявлению наличия признаков игровой зависимости	Психологи отделения психологической помощи гражданам
3.	Тест на интернет-аддикцию для подростков	Апрель 2020	Тестирование	Диагностика на интернет-аддикцию	Психологи отделения психологической помощи гражданам
4.	Тест «Склонность к зависимому поведению»	Апрель 2020	Тестирование	Диагностика на интернет-аддикцию	Психологи отделения психологической помощи гражданам
5.	Формирование группы подростков, нуждающихся в профилактике (коррекции) игровой и компьютерной зависимости	Апрель-Май 2020	Беседа	Определение целевой группы	Психологи отделения психологической помощи гражданам
Практический этап					

1.	«Компьютер. За и против»	Июнь 2020	Тематическая беседа	Чтение и обсуждение рассказа «В плену у компьютера»	Психологи, специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
2.	«Давайте общаться»	Июнь 2020	Занятие с элементами тренинга «Живое общение»	Конструктивное общение, развитие мотивации на совместную конструктивную деятельность	Психологи отделения психологической помощи гражданам
3.	«Давайте наблюдать. Хорошо ли я знаю своих друзей?»	Июль 2020	Занятие с элементами тренинга	Развитие познавательных процессов, коммуникативных навыков	Психологи отделения психологической помощи гражданам
4.	«Давайте говорить»	Июль 2020	Беседа	Развитие познавательных процессов, коммуникативных навыков	Психологи, специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
5.	«Дерево успеха»	Август 2020	Занятие с элементами тренинга	Развитие сплочения и взаимопонимания	Психологи отделения психологической помощи гражданам
6.	«Подросток и компьютер. Опасная грань»	Август 2020	Групповая беседа с родителями	Расширение знаний о признаках компьютерной зависимости у подростков	Специалист по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
7.	Конкурс на лучший коллаж «Я и моя жизнь»	Сентябрь 2020	Конкурс	Альтернатива компьютерной зависимости -развитие творческих способностей	Специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
8.	Конкурс на лучший рисунок или плакат	Сентябрь 2020	Конкурс	Альтернатива компьютерной зависимости -развитие творческих способностей	Специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
9.	«Подросток и компьютер. Опасная грань»	Октябрь 2020	Собрание родителей подростков	Рекомендации родителям	Специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
10.	«Причины возникновения аддиктивного поведения у подростков»	Ноябрь 2020	Тематическая беседа	Тематическая беседа для родителей	Специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
11.	Семейное консультирование по вопросам и проблемам, связанных с игровой зависимостью	Ноябрь 2020	Тематическая беседа	Тематическая беседа для родителей	Специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
Аналитический этап					
1.	Тест на интернет-зависимость среди подростков	Декабрь 2020	Тестирование	Сравнение результатов тестирования до и после реализации программы	Психологи отделения психологической помощи гражданам
2.	Составление аналитического отчета, корректировка программы	Декабрь 2020	Отчет	Поведение итогов	Психологи, специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам

Кадровые ресурсы

№ п/п	Должность	Количество штатных единиц	Функции
1	Директор Учреждения	1	Осуществляет общий контроль
2.	Заместитель директора	1	Осуществляет общий контроль и руководство программой
3.	Заведующий отделением информационно-аналитической работы	1	Осуществляет общий контроль и руководство программой
3.	Заведующий отделением психологической помощи гражданам	1	Осуществляет общий контроль и руководство программой
4.	Психолог	3	Реализует мероприятия программы
5.	Специалист по работе с семьей	3	Реализует мероприятия программы

Материально-технические ресурсы

Финансовое обеспечение в ходе реализации программы предполагается за счет основной субсидии на осуществление деятельности учреждения.

В отделении психологической помощи гражданам имеются:

- 2 рабочих кабинета, в которых находятся 7 специалистов;
- 1 кабинет семейного консультирования.

В отделении имеется необходимая мебель, канцелярские товары, оргтехника.

Информационные ресурсы:

- официальный сайт учреждения кцсон-гелиос.рф;
- официальная группа учреждения «ВКонтакте» – «БУ «Пыть-Яхский КЦСОН»;
- буклеты, памятки;
- информация в СМИ.

Методические ресурсы

Диагностические методики:

- тест на интернет-зависимость (Кулаков, 2004 г.);
- тест Такера на выявление игровой зависимости;
- тест на интернет-аддикцию (зависимое поведение) для подростков (Никитина, Егоров, 2005г.);
- тест «Склонность к зависимому поведению» (В. Д. Менделевич);
- конспекты мероприятий.

Контроль и управление программой

1. Директор учреждения.
2. Заместитель директора и заведующий ОППГ.
3. «Опасная грань». Заведующий ОИАР.
4. Специалист по работе с семьей и психолог.

Полученные результаты

В исполнении мероприятий программы принимали участие специалисты отделения психологической помощи гражданам.

Специалистами учреждения проведено 28 бесед и занятий с элементами тренинга, направленных на профилактику зависимого поведения, снятие игровой зависимости, в том числе 4 лекции для родителей несовершеннолетних.

Приняли участие 20 несовершеннолетних, из них у 11 выявлены признаки зависимости. Все несовершеннолетние (11 чел.) прошли полный курс по программе, из них:

- у 80 % (9 чел.) стабилизировалась самооценка, появились новые увлечения;

– у 100 % (11 чел.) повысился уровень грамотности в области зависимостей, их причин и последствий;

– у 80 % (9 чел.) освобождены от зависимого поведения (меньше времени стали проводить за игрой в компьютерные игры и социальных сетях).

Удовлетворенность несовершеннолетних, проведенными занятиями в рамках программы составляет 100 %. Подростки, принявшие участие в занятиях по программе, отмечают необходимость ее реализации, полученных знаний. У 80 % несовершеннолетних, участвующих в реализации программы, изменились взгляды на свободное времяпровождение.

В связи с ситуацией распространения новой коронавирусной инфекции, вызванной COVID-19, в 2020 г. реализация программы носила индивидуальный характер, занятия проводились специалистами учреждения через вацап-мессенджер по видеосвязи, в основном, индивидуально.

С целью повышения эффективности проведения мероприятий программы разработано 20 информационных памяток, направленных на профилактику вредных привычек, пропаганду здорового образа жизни, формирование навыков здоровьесберегающего поведения, распространено 50 экземпляров печатной продукции.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Методические рекомендации по профилактике игровой, компьютерной и интернет-зависимости / составитель : И. В. Петрова, директор ГБОУ СО ЦППРиК «Ладо»; Е. В. Меринова, педагог-психолог ГБОУ СО ЦППРиК «Ладо»; Г. А. Петрова, методист ГБОУ СО ЦППРиК «Ладо». – Б. г. : Б. и., 2012. – 61 с. – Текст : непосредственный.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ТЕСТ НА ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ (КУЛАКОВ, 2004 Г.)

Ответьте на предложенные вопросы, используя следующую шкалу: «очень редко» – 1 балл; «иногда» – 2 балла; «часто» – 3 балла; «очень часто» – 4 балла; «всегда» – 5 баллов.

1. Как часто вы обнаруживаете, что задержались в сети дольше, чем планировали?
2. Как часто вы забрасывали свои домашние обязанности, чтобы провести больше времени в сети?
3. Как часто вы предпочитаете развлечения в Интернете реальному общению со своими сверстниками?
4. Как часто вы строите новые отношения с друзьями по сети?
5. Как часто ваши знакомые жалуются по поводу количества времени, которое вы проводите в сети?
6. Как часто из-за времени, проведенного в сети, страдает ваша учеба?
7. Как часто вы проверяете электронную почту. Прежде чем заняться другим?
8. Как часто страдает ваша успеваемость или успешность в какой-либо деятельности из-за использования Интернета?
9. Как часто вы сопротивляетесь разговору, или скрываете, если вас спрашивают о том, что вы делали в сети?
10. Как часто вы отодвигаете на второй план неприятные мысли о своей жизни, заменяя их мыслями об Интернете?
11. Как часто вы чувствуете приятное предвкушение от предстоящего выхода в сеть?
12. Как часто вы боитесь, что жизнь без Интернета станет скучной, и не интересной?
13. Как часто вы раздражаетесь, кричите, если что-то отрывает вас, когда вы находитесь в сети?
14. Как часто вы теряете сон, когда поздно находитесь в сети?

15. Как часто вы чувствуете, что поглощены Интернетом, когда не находитесь в сети, или воображаете, что вы там?

16. Как часто вы говорите, что поведете в сети «еще пару минут.....»?

17. Как часто вы пытаетесь безуспешно урезать время пребывания в сети?

18. Как часто вы пытаетесь скрыть количество времени пребывания в сети?

19. Как часто вы предпочитаете находиться в сети вместо того, чтобы встретиться с людьми?

20. Как часто вы чувствуете подавленность, плохое настроение, нервничаете, когда в не сети, что вскоре исчезает, стоит вам выйти в Интернет?

Приложение 2

**ТЕСТ ТАКЕРА НА ВЫЯВЛЕНИЕ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ
(МОДИФИЦИРОВАННЫЙ И АДАПТИРОВАННЫЙ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО
ПСИХОЛОГА КОНЬГИНОЙ И. А.)**

Отвечать следует, имея ввиду последние 12 месяцев.

1. Играл ли ты за последний год в компьютерные игры так, что не замечал времени?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

2. За последний год, играя в компьютерные игры, нужно было тебе больше времени для того, чтобы достичь нужной степени азарта (возбуждения)?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

3. Когда ты играл накануне, возвращался на следующий день к той же игре, чтобы пройти незавершенные уровни?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

4. Брал ли ты деньги в долг, чтобы иметь возможность играть?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

5. Было ли у тебя когда-нибудь чувство, что у тебя могут быть проблемы с зависимостью от компьютерных игр?

а) никогда;

б) иногда;

в) чаще всего;

г) почти всегда.

6. Можно ли так сказать, компьютерных игры являлись иногда причиной твоих проблем со здоровьем (включая стресс и беспричинное беспокойство)?

а) никогда;

б) иногда;

- в) чаще всего;
- г) почти всегда.

7. Критиковали тебя когда-нибудь за твое пристрастие к компьютерным играм, даже если ты считал эти замечания несправедливыми?

- а) никогда;
- б) иногда;
- в) чаще всего;
- г) почти всегда.

8. Было ли когда-нибудь твое пристрастие к компьютерным играм причиной проблем?

- а) никогда;
- б) иногда;
- в) чаще всего;
- г) почти всегда.

9. Возникало ли у тебя когда-нибудь чувство вины за то, как ты играешь, или за то, что происходит во время игры?

- а) никогда;
- б) иногда;
- в) чаще всего;
- г) почти всегда.

Приложение 3

**ТЕСТ НА ИНТЕРНЕТ-АДДИКЦИЮ (ЗАВИСИМОЕ ПОВЕДЕНИЕ) ДЛЯ ПОДРОСТКОВ
(В МОДИФИКАЦИИ КОНЫГИНОЙ И. А.)
(НИКИТИНА, ЕГОРОВ, 2005 Г.)**

Дополнительные сведения (вписать в тест или подчеркнуть).

1. Пол: М Ж
2. Возраст: 12, 13, 14, 15, 16, 17 _____
3. Образование: ученик (ца) _____ класса.
4. Увлечение, хобби: есть нет.
5. Чем, помимо учебы Вы любите заниматься?
6. Есть ли у вас младшие/старшие братья/сестры. _____
7. Материальное положение: ниже среднего, среднее, выше среднего.
8. Жилищные условия:
 - а) отдельная комната;
 - б) свой собственный уголок в комнате;
 - в) со мной вместе проживают;
 - г) общежитие;
 - д) съемная квартира.
9. Есть у членов семьи вредные привычки:
 - а) алкоголь;
 - б) табакокурение;
 - в) наркотики;
 - г) азартные игры;
 - д) другое _____
10. В свободное время вы вместе с членами вашей семьи:
 - а) играете в компьютерные игры;
 - б) посещаете Интернет.

11. С какого возраста вы играете (компьютерные игры, Интернет):

До 7 лет, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17.

12. Сколько раз вы играете (компьютерные игры, Интернет):

- а) 1 раз в неделю;
- б) 3–4 раза в неделю;
- в) каждый день;
- г) один раз в месяц;
- д) другое _____

13. Сколько времени вы тратите на компьютерную игру, Интернет:

- а) 1–2 часа;
- б) 3–4 часа;
- в) 5–6 часов;
- г) более 6 часов.

14. Какие ролевые компьютерные игры вы предпочитаете? (выбрать не больше двух):

- а) игры, в которых вы смотрите глазами своего героя;
- б) игры, в которых вы смотрите на своего героя со стороны;
- в) руководительные игры.

15. Какие не ролевые компьютерные игры вы предпочитаете (выбрать не больше двух)?

- а) аркады;
- б) головоломки;
- в) игры на быстроту реакции и сообразительность;
- г) традиционные азартные игры (рулетка, казино и т. д.).

16. Возвращаетесь ли вы на другой день к игре, чтобы отыграться?

- а) никогда;
- б) иногда;
- в) чаще всего;
- г) почти всегда.

17. В Интернете вы предпочитаете (выбрать не больше двух):

- а) виртуальная реальность;
- б) социальные сети (какие);
- в) ICQ (чаты);
- г) USENET (конференции);

д) сетевые игры (нужное подчеркнуть: бродилки, аркады, квесты, гонки, стрелялки, РПГ, стимуляторы);

е) _____

18. Когда вы играете (компьютерные игры, Интернет), то испытываете:

- а) эйфорию;
- б) радость;
- в) облегчение;
- г) азарт;
- д) расслабление.

19. Как часто вы замечаете, что играете, или находитесь в Интернете больше запланированного времени?

- а) иногда;
- б) редко;
- в) часто;

- г) очень часто;
- д) всегда;
- е) это ко мне не относится.

20. Вы предпочитаете играть:

- а) один;
- б) с друзьями;

21. Если вы находитесь в компьютерном клубе, интернет-кафе, то это для того чтобы:

- а) пообщаться;
- б) поиграть;
- в) самоутвердиться;
- г) найти нужную информацию;
- д) расслабиться.

22. Как относятся близкие (родители, друзья) к вашему увлечению?

- а) играют вместе со мной;
- б) положительно;
- в) нейтрально;
- г) отрицательно;
- д) резко отрицательно.

23. Что вы испытываете, когда долго не играете или не находитесь в Интернете?

- а) беспокойство;
- б) раздражительность;
- в) чувство дискомфорта;
- г) чувство подавленности;
- д) ощущение пустоты;
- е) другое _____

24. Как часто вы откладываете встречи с друзьями и личные дела из-за компьютерных игр, Интернета?

- а) иногда;
- б) редко;
- в) часто;
- г) очень часто;
- д) всегда;
- е) это ко мне не относится.

25. Являются ли компьютерные игры, Интернет причиной проблем с учебой?

- а) иногда;
- б) редко;
- в) часто;
- г) очень часто;
- д) всегда;
- е) это ко мне не относится.

26. Возникают ли у вас последнее время какие-либо признаки ухудшения здоровья (выбрать не более трех).

- а) беспокойный сон;
- б) бессонница;
- в) боль в кистях рук;
- г) сухость, жжение глаз;

- д) боли в спине;
- е) онеменение пальцев рук;
- ж) головная боль;
- з) _____

27. В реальной жизни вам свойственны (выбрать не более четырех):

- а) тревожность;
- б) депрессия;
- в) одиночество;
- г) недовольство окружающими;
- д) недовольство собой;
- е) невозможность расслабиться.

Приложение 4

ТЕСТ «СКЛОННОСТЬ К ЗАВИСИМОМУ ПОВЕДЕНИЮ» (В. Д. МЕНДЕЛЕВИЧ)

Инструкция: пользуясь данной шкалой, укажите, в какой степени Вы согласны или не согласны с каждым из следующих утверждений, ставя X в соответствующем месте. Давайте только один ответ на каждое утверждение:

- 1 – совершенно не согласен (совсем не так);
- 2 – скорее не согласен (скорее не так);
- 3 – ни то, ни другое (и так, и не так);
- 4 – скорее согласен (скорее так);
- 5 – совершенно согласен (именно так).

Таблица 5

№	Утверждения	1	2	3	4	5
1.	Я склонен разочаровываться в людях					
2.	Верить в приметы глупо					
3.	Часто бывает, что я обижаюсь на родителей или друзей					
4.	Нередко я опаздываю на учебу (работу) или на встречу из-за непредвиденных случайностей в пути					
5.	Окружающие часто удивляют меня своим поведением					
6.	Мои родители часто пытаются обращаться со мной как с маленьким ребенком					
7.	Я люблю планировать свое время до мелочей и с точностью до минут					
8.	Мне кажется, что я чувствую происходящее вокруг более остро, чем другие					
9.	Родители сами виноваты в том, что их дети начинают принимать наркотики («колоться»)					
10.	Для меня не существует абсолютных авторитетов					
11.	В детстве был период, когда я страстно любил что-либо подсчитывать (количество окон, ступеней, номера машин)					
12.	Если бы родители или другие взрослые больше бы говорили с детьми о вреде наркотиков, то мало кто становился бы наркоманом					
13.	Мне легче перенести скандал, чем однообразную размеренную жизнь					
14.	Я верю в порчу и сглаз					
15.	Прежде, чем что-либо предпринять, я стараюсь предусмотреть все опасности, которые могут подстергать меня					
16.	Если я чем-то увлеченно занят, то часто даже не замечаю, что происходит вокруг					
17.	Я живу и поступаю в соответствии с поговоркой: «надейся на лучшее, но готовься к худшему»					
18.	Меня нелегко убедить в чем бы то ни было					
19.	Меня нередко обманывали (обманывают)					
20.	Неизвестность для меня очень мучительна и тягостна					

21.	Меня раздражает, когда на улице, в магазине или в транспорте на меня пристально смотрят					
22.	Жизнь малоинтересна, когда в ней нет опасностей					
23.	Я не уважаю тех, кто отрывается от коллектива					
24.	Некоторые люди одним прикосновением могут исцелить больного человека					
25.	Жизнь должна быть радостной, иначе незачем жить					
26.	Я хорошо ориентируюсь во времени и, не глядя на часы, могу точно сказать «который сейчас час»					
27.	Если я захочу что-нибудь сделать, но окружающие считают, что этого делать не стоит, то я готов отказаться от своих намерений					
28.	В детстве я часто отказывался оставаться один					
29.	Мне нередко бывает скучно, когда нечем себя занять					
30.	В жизни надо попробовать все					
31.	Я легко могу заснуть в любое удобное время (и ночью, и днем)					
32.	После того, как я схожу в лес за грибами, у меня долго перед глазами могут сохраняться воспоминания о грибах					
33.	Я люблю помечтать о том, на что я потрачу возможный будущий выигрыш в лотерее, как поступлю с обещанным подарком					
34.	Часто думаю: «Хорошо бы стать ребенком»					
35.	Мне часто трудно находить правильные слова для моих чувств					
36.	Для меня не сложно дать знакомому денег в займы на покупку спиртного					
37.	Я склонен жить, стараясь не отягощать себя раздумьями о том, что может произойти со мной в будущем					
38.	Я люблю, когда мне гадают на картах или по руке					
39.	Мне хорошо удается копировать мимику и жесты других людей					
40.	Когда меня будят ночью или рано утром, то я долго не могу понять, что происходит вокруг					
41.	Музыку я люблю громкую, а не тихую					
42.	У меня бывают чувства, которым я не могу дать вполне точное определение					
43.	Человек должен стараться понимать свои сны, руководствоваться ими в жизни и извлекать из них предостережения					
44.	Меня трудно заставить врасплох					
45.	Все известные мне «чудеса» объясняются очень просто – обман и фокусы					
46.	Меня считают наивным человеком, поскольку мне часто случается попадать впросак					
47.	Наркотики бывают «легкими», и они не вызывают наркомании					
48.	Я иногда чувствовал, что кто-то посредством гипноза заставлял меня совершать какие-либо поступки					
49.	Мои знакомые считают меня романтиком					
50.	Я верю в чудеса					
51.	Даже психически здоровый человек иногда не может отвечать за свои поступки					
52.	Меня часто озадачивает поведение и поступки людей, которых я давно знаю					
53.	Никому нельзя доверять – это правильная позиция					
54.	Самое счастливое время жизни – это молодость					
55.	В детстве я боялся, что мама может бросить меня, уйти из дома и не вернуться					
56.	Я склонен лучше помнить реально происшедшие со мной неприятные события, чем собственные прогнозы по поводу возможности их появления					
57.	Я люблю советоваться с друзьями (или взрослыми) как поступить в сложной ситуации					
58.	Я бы согласился пожить пусть мало, но бурно					
59.	Я бы мог на спор ввести себе в вену наркотик (героин)					
60.	Часто меня не оценивали по заслугам					
61.	Я всегда точно могу сказать, сколько денег я потратил и сколько у меня осталось					

62.	В детстве я долго не мог привыкнуть к детскому саду (яслям) и не хотел т.уда из-за этого ходить					
63.	С.воим друзьям или подругам я доверяю полностью и убежден, что они меня никогда не обманут и не предадут					
64.	Опасность употребления наркотиков явно преувеличена					
65.	В жизни все-таки мало ярких событий					
66.	Я не люблю длительные поездки в поезде или на автобусе					
67.	Меня раздражает грязное стекло, потому что весь мир тогда кажется грязным и серым					
68.	Когда мне скучно, я обычно ложусь поспать					
69.	Часто родители (или взрослые) упрекают меня в том, что я слушаю излишне громкую музыку					
70.	Очень мучительно чего-либо ждать					
71.	Я мог бы после некоторых предварительных объяснений управлять маленьким (спортивным) самолетом					
72.	Я нередко просыпаюсь утром за несколько секунд или минут до звонка будильника					
73.	Если бы случился пожар и мне надо было бы из окна пятого этажа прыгнуть на тент, развернутый пожарниками, я бы не задумываясь сделал это					
74.	Мне жалко наивных людей					
75.	Меня смущает, когда люди долго и пристально смотрят мне в глаза					
76.	Рисковать всем, например в казино, могут только сильные люди					
77.	В том, что подросток становится наркоманом виноваты те, кто продает наркотики					
78.	Я люблю очень быструю, а не медленную езду					
79.	Я доверяю предсказаниям гороскопов и следую содержащимся в них рекомендациям					
80.	Меня очень интересуют лотереи					
81.	Прогнозировать будущее - бесполезное дело, т.к. многое от тебя не зависит					
82.	Я способен с легкостью описывать свои чувства					
83.	У меня в жизни бывали случаи, когда я что-то делал, а потом не помнил, что именно					
84.	Считаю, что любопытство – не порок					
85.	Бывает, что меня пугают люди с громким голосом					
86.	У меня было (есть) много увлечений (интересов, хобби)					
87.	Когда я остаюсь дома, то мне часто бывает не по себе от одиночества					
88.	Я – не суеверен					
89.	Мне говорили, что у меня не плохие способности имитировать голоса или повадки людей					
90.	Есть люди, которым я верю безоговорочно					
91.	Случается, что во время разговора с заикающимся я сам начинаю говорить сбивчиво и с запинками					
92.	Самое тягостное в жизни – это одиночество					
93.	Если я начинаю играть в какую-нибудь игру, то меня нередко нелегко оторвать от нее					
94.	Бывает, что я могу сделать назло даже то, что мне самому окажется невыгодным					
95.	Меня всегда притягивала и притягивает таинственность, загадочность, мистика					
96.	Бывало, что я на улице соглашался на игру с «наперсточниками»					
97.	Я знаю многих ребят, кто употребляет или употреблял наркотики					
98.	Я, как правило, ставлю будильник так, чтобы не только все успеть сделать до ухода из дома, но и иметь несколько минут в запасе					
99.	В своей жизни я часто сталкиваюсь (сталкивался) с невообразимым стечением неблагоприятных обстоятельств					
100.	Я готов полностью подчиниться и даже доверить свою судьбу, но только тому, кого действительно уважаю					
101.	Я люблю рисковать					
102.	Среди моих знакомых есть люди, которые обладают даром убеждать					
103.	Меня часто невозможно оторвать от интересного дела, игры, занятия					

104.	Я мог бы прыгнуть с парашютом				
105.	Мне все равно, что обо мне думают окружающие				
106.	Меня многое в жизни удивляет				
107.	Я могу переспорить кого угодно				
108.	Я вошел бы вы вместе с укротителем в клетку со львами, если бы он мне сказал, что это безопасно				
109.	Если меня о чем-то просят, мне трудно отказать				
110.	Мне легче придумать свои собственные примеры, чем выучить наизусть примеры из учебника				
111.	Мне никогда не бывает скучно				
112.	Часто я сам от себя не ожидаю какого-либо поступка				
113.	В детстве у меня какое-то время были тики или разнообразные повторяющиеся движения				
114.	Я люблю помечтать				
115.	Меня влечет все новое и необычное				
116.	Со мной нередко происходят «несчастные случаи» и случаются всяческие происшествия				

Обработка и интерпретация теста «Склонность к зависимому поведению» В. Д. Менделевича:

Прямые вопросы (баллы подсчитываются в соответствии с отмеченными испытуемым): «5» – 5, «4» – 4, «3» – 3, «2» – 2, «1» – 1); обратные вопросы (баллы подсчитываются наоборот: «5» – 1, «4» – 2, «3» – 3, «2» – 4, «1» – 5). Обработке подвергаются лишь ответы на вопросы, отмеченные в таблице 1. Ответы на иные вопросы не обрабатываются.

Для оценки склонности к зависимому поведению баллы ответов на прямые и обратные вопросы суммируются по каждой шкале отдельно.

Для оценки склонности к наркозависимости суммируются баллы, полученные за ответы на следующие вопросы (первый и второй столбцы) к алкогольной зависимости (третий и четвертый столбцы):

Таблица 6

№ прямого вопроса	№ обратного вопроса		№ прямого вопроса	№ обратного вопроса
1	2		3	21
3	12		5	29
4	29		14	38
16	30		15	41
19	41		16	44
24	45		17	64
26	53		19	65
48	61		20	67
50	65		24	75
52	67		26	77
54	69		30	81
59	72		43	
76	77		48	
79	78		76	
80	81		79	
89	86		84	
91	112		91	
96	114		95	
97			97	
100			100	
107			107	
110			112	
116			113	
			116	

Таблица 7

Интерпретация:

Показатели	Признаки тенденции	Признаки повышенной склонности	Признаки высокой вероятности
Наркозависимость	≥ 98 баллов	≥ 107 баллов	≥ 116 баллов
Алкогольная зависимость	≥ 99 баллов	≥ 105 баллов	≥ 111 баллов

Максимальные баллы: по наркозависимости – 205, по алкогольной зависимости – 175.

Для оценки склонности к спортивному и музыкальному фанатизму суммируются баллы, полученные за ответы на следующие вопросы (первый и второй столбцы):

Таблица 8

№ прямых вопросов	№ обратных вопросов
4	64
14	
33	
41	
47	
48	
58	
60	
62	
70	
71	
85	
86	
93	
94	
95	
№ прямых вопросов	№ обратных вопросов
100	
103	
112	
116	

Таблица 9

Интерпретация результатов:

Зависимости	Признаки тенденции	Признаки повышенной склонности	Признаки высокой вероятности
Спортивный и музыкальный фанатизм	≥ 50 баллов	≥ 63 балла	≥ 76 баллов

Максимальные баллы по шкале спортивного и музыкального фанатизма – 105.

Склонность к фанатизму диагностируется при ответах «да» на вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 20 и «нет» – на 8, 11, 15, 19. За каждый совпавший с ключом ответ начисляется 3 балла. За полное несовпадение с ключом начисляется 1 балл. За ответ «иногда» во всех случаях начисляется 2 балла.

Таблица 10

Интерпретация результатов:

Склонность к спортивному и музыкальному фанатизму	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения
Баллы	≥ 33 балла	34 ≤ x ≤ 41 балл	≥ 42 балла

Таблица 11

Для оценки склонности к зависимости от компьютерных игр суммируются баллы, полученные за ответы на данные вопросы (первый и второй столбцы):

№ прямых вопросов	№ обратных вопросов
1	14
21	
22	
23	
37	
47	
48	
56	
60	
75	
78	
80	
81	
93	
94	
99	
101	
105	
109	
110	
116	

Таблица 12

Интерпретация результатов:

Показатель	Признаки тенденции	Признаки повышенной склонности	Признаки высокой вероятности
Зависимость от компьютерных игр	≥ 48 баллов	≥ 60 баллов	≥ 77 баллов

Низкий уровень: данная категория характеризуется малой вероятностью развития зависимости, отсутствием личностных качеств, способствующих формированию зависимости (аддикции) и отсутствием склонности к употреблению алкогольных напитков. Наблюдаются такие личностные черты, которые исключают риск приобщения к алкоголю и алкоголезависимому поведению.

Признаки тенденции: испытуемые, отнесенные к данной группе, имеют склонность к зависимому поведению средней выраженности. Это говорит о том, что у испытуемых при определенных социальных условиях имеется риск развития алкогольной зависимости.

Признаки повышенной склонности: у военнослужащих данной группы склонность к зависимому поведению выше средней, то есть у них преобладают те качества, которые в большей степени свидетельствуют о его направленности на употребление спиртных напитков и риск развития психологической зависимости от алкоголя.

Признаки высокой вероятности: данная категория характеризуется высокой склонностью к зависимому поведению. У испытуемых наблюдается высокая направленность на употребление спиртных напитков, позитивное отношение к зависимости и черты личности, которые значительно увеличивают риск зависимого алкогольного проблемного поведения.

ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ПРАВОНАРУШЕНИЙ СРЕДИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ «МЫ ВМЕСТЕ»

Автор-составитель

Наталья Александровна Зарубина, заведующий отделением информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Урайский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Одной из самых актуальных и социально значимых задач, стоящих перед обществом сегодня, является поиск путей снижения роста преступлений среди молодежи и повышение эффективности их профилактики. Необходимость скорейшего решения этой задачи обусловлена тем, что в стране продолжает сохраняться достаточно сложная криминогенная ситуация, и прежде всего то, что в сферу организованной преступности втягивается все больше и больше несовершеннолетних. Криминальными группировками, созданными подростками, совершаются опасные преступления и правонарушения. Преступность молодеет.

Материальная нестабильность социально-неблагополучных семей, увеличение количества неполных семей, алкоголизация, социальная апатия отдельных слоев населения привели к тому, что родители не воспитывают своих детей в соответствии с нормами общественной морали и поведения. Многие из таких родителей своим образом жизни подают негативный пример и формируют у детей определенный стиль поведения.

Падение авторитета семьи препятствует развитию личностных и волевых качеств ребенка, а отсутствие должного внимания, приводит к асоциальному поведению, а в дальнейшем и к правонарушениям.

Наличие того или иного фактора социального риска в большинстве означает возникновение социальных отклонений в поведении детей, рождает правонарушения и преступность среди несовершеннолетних и требует к себе повышенного внимания всех субъектов профилактики. Дети, склонные к асоциальным поступкам и правонарушениям оказываются в группе риска под воздействием различных факторов, которые можно условно разделить на следующие основные группы:

- медико-биологические (состояние здоровья, наследственные и врожденные свойства, нарушения в психическом и физическом развитии, травмы внутриутробного развития);
- социально-экономические (материальные проблемы семьи, неблагоприятный психологический климат в семье, аморальный образ жизни родителей, неприспособленность к жизни в обществе);
- психологические (неприятие себя, невротические реакции, эмоциональная неустойчивость, трудности общения, взаимодействия со сверстниками и взрослыми);
- педагогические (отсутствие интереса к учению, закрытость для положительного опыта, несоответствие образу школьника).

Согласно докладу «О положении детей и семей, имеющих детей, в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре за 2019 год», в автономном округе зарегистрировано снижение на 8,7 % преступлений, совершенных в отношении несовершеннолетних (с 844 до 770). Отмечено снижение преступлений, связанных с половой неприкосновенностью несовершеннолетних на 18,8 % (с 127 до

103). Наряду с этим, в округе по состоянию на 01.01.2020 на профилактическом учете состоят 1451 родитель, отрицательно влияющий на воспитание детей и 1516 несовершеннолетних. Помещены в специальное учебно-воспитательное учреждение закрытого типа в 2019 г. 10 подростков. 8 несовершеннолетних в течение 2019 г. направлены в воспитательную колонию по решению суда.

Поэтому Программой предусмотрена организация работы по профилактике семейного неблагополучия, противоправного поведения несовершеннолетних, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

Семейный кодекс Российской Федерации;

Федеральный закон от 28.12.2013 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;

Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях.

Данная Программа ориентирована на содержательный досуг детей, пропаганду среди несовершеннолетних и их родителей (законных представителей) правовых знаний, профилактику правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних.

Целевая группа

Несовершеннолетние в возрасте 14–18 лет, признанные нуждающимися в социальном обслуживании.

Родители (законные представители) несовершеннолетних,

Специалисты БУ «Урайский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних».

Направленность

Социально-педагогическая программа. Психолого-педагогическое просвещение замещающих родителей по вопросам воспитания детей.

Вид программы

Профилактическая программа социальной адаптации.

Цель

Профилактика правонарушений среди несовершеннолетних получателей социальных услуг.

Задачи:

1. Ликвидировать пробелы в знаниях и широко пропагандировать среди несовершеннолетних, их родителей (законных представителей) правовые знания по профилактике правонарушений в подростковой среде.

2. Обучать несовершеннолетних приемам безопасного и ответственного поведения, умению делать осознанный выбор в сложившейся жизненной ситуации и решать возникшие проблемы самостоятельно.

3. Повысить ответственность родителей (законных представителей) несовершеннолетних за воспитание детей посредством оказания им социальной и юридической помощи.

Ожидаемые результаты

Организованная работа по реализации программы позволит увеличить объем правовых знаний как у несовершеннолетних, так и у их родителей (законных представителей), снизить количество детей, склонных к совершению правонарушений.

Задачи	Ожидаемый результат
Ликвидировать пробелы в знаниях и широко пропагандировать среди несовершеннолетних, их родителей (законных представителей) правовые знания по профилактике правонарушений в подростковой среде	Приобретение несовершеннолетними, их родителями (законными представителями) знаний правовой направленности
Обучать несовершеннолетних приемам безопасного и ответственного поведения, умению делать осознанный выбор в сложившейся жизненной ситуации и решать возникшие проблемы самостоятельно	Устойчивое неприятие несовершеннолетними противоправного поведения. Отсутствие правонарушений и постановки несовершеннолетних на учет в период нахождения их в Учреждении. 100 % охват несовершеннолетних получателей социальных услуг мероприятиями по профилактики правонарушений в рамках Программы
Повысить ответственность родителей (законных представителей) несовершеннолетних за воспитание детей посредством оказания им социальной и юридической помощи	100% удовлетворение запросов родителей (законных представителей) несовершеннолетних на оказание им социальной и юридической помощи

Методы и формы работы:

- организационный: планирование, информирование;
- диагностический: использование педагогического обследования для выявления объема и динамики приобретенных знаний правовой направленности у несовершеннолетних и их родителей (законных представителей), уровня неприятия несовершеннолетними противоправного поведения и удовлетворенности родителей (законных представителей) несовершеннолетних по оказание им социальной и юридической помощи.
- практический: реализация программных мероприятий: консультация, конкурс, круглый стол, деловая игра, беседы и др.;
- информационный: памятки, стендовая информация, информационные листы, буклеты, ИКТ и др.
- аналитический: анализ результативности реализации программы.

СОДЕРЖАНИЕ

Этапы и сроки реализации

Программа универсальная, ее можно использовать несколько лет, с учетом внесения изменений. Срок реализации программы: 3 месяца, циклично в течение года. Подробный план этапов и сроки реализации представлены в таблице 1.

Таблица 2

Этапы и сроки реализации Программы

Этапы и сроки реализации	Содержание деятельности	Ответственные за выполнение
Организационный этап (2 недели)	Подготовка материалов и материально-технических ресурсов для организации мероприятий Программы. подготовка специалистов, задействованных в реализации Программы. взаимодействие с учреждениями городской системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, общественными объединениями	Заведующие отделениями, юристконсульт
Практический этап (9 недель)	Реализации комплекса программных мероприятий по профилактике правонарушений среди несовершеннолетних	Воспитатели, юристконсульт, специалист по работе с семьей, привлеченные специалисты учреждений городской системы профилактики

		безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних
Заключительный этап (1 неделя)	Анализ результативности реализации Программы и внесение корректировок с целью повышения ее эффективности	Заведующий отделением

Направления деятельности

В рамках Программы осуществляется работа по следующим направлениям:

- профилактическое;
- социально-педагогическое.

Таблица 3

Тематический план

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1. Организация работы с несовершеннолетними			
1.	Проведение первичного и итогового педагогического исследования с целью определения у несовершеннолетнего объема правовых знаний и умения принимать правильное самостоятельное решение в сложных ситуациях	На начало и завершение реализации Программы	Воспитатель, юрист-консульт
2.	Занятие «Я - гражданин», направленное на ознакомление подростков с их конституционными правами	В течение реализации Программы	Воспитатель, юрист-консульт
3.	Проведение круглого стола «Закон и подросток» с привлечением работников правоохранительных органов	В течение реализации Программы	Воспитатель, юрист-консульт
4.	Проведение деловой игры «Право - это не только права...»	В течение реализации Программы	Воспитатель, юрист-консульт
5.	Встречи с людьми интересных профессий с целью дальнейшего профессионального выбора «Дороги, которые мы выбираем»	В течение реализации Программы	Воспитатель
6.	Конкурс «Письмо тому, кто готов сделать неверный шаг»	В течение реализации Программы	Воспитатель
7.	Проведение викторин «Ты и закон», «Что такое поступок и проступок»	В течение реализации Программы	Воспитатель
8.	Информирование детей о деятельности детского телефона доверия	Постоянно	Воспитатель
9.	Обновление информационного пространства Учреждения на темы: «Права и обязанности несовершеннолетнего»; «Место подростка в обществе» (профорientация); «Закон и ответственность»	1 раз в месяц	Воспитатель, юрист-консульт
2. Организация работы со специалистами Учреждения			
1.	Повышение правовой грамотности специалистов Учреждения (консультации, семинары и др.)	1 раз в месяц	Юрист-консульт
2.	Совещание при заместителе директора. Рассмотрение вопросов о состоянии профилактической работы по профилактике правонарушений у несовершеннолетних	1 раз в месяц	Заместитель директора
3. Организация работы с родителями (законными представителями)			
1.	Разработка памяток для родителей «Знаете ли Вы закон?», «Профилактика правонарушений несовершеннолетних», «Уголовная ответственность подростка»	1 раз в месяц	Воспитатель, юрист-консульт, специалист по работе с семьей
2.	Консультирование родителей (законных представителей) несовершеннолетних по правовому и социальному направлениям	По запросу родителей (законных представителей) несовершеннолетних	Воспитатель, юрист-консульт, специалист по работе с семьей
3.	Проведение круглого стола «Ответственное родительство...» (с участием работников правоохранительных органов)	В течение реализации Программы	Воспитатель, юрист-консульт, специалист по работе с семьей
4.	Информирование родителей (законных представителей) о деятельности детского телефона доверия	Постоянно	Воспитатель, специалист по работе с семьей
5.	Привлечение родителей к участию в мероприятиях для несовершеннолетних в рамках реализации Программы	1 раз в месяц	Воспитатель, специалист по работе с семьей

Ресурсное обеспечение

Таблица 4

Кадровые ресурсы

№ п/п	Специалист	Количество	Функциональные обязанности
1.	Заведующий отделением	2	Заведующий отделением организует участие специалистов Учреждения в реализации Программы, координирует и анализирует деятельность специалистов, осуществляет информационно - просветительскую работу со специалистами, проводит мониторинг их деятельности по реализации мероприятий Программы
2.	Юрисконсульт	1	Организует работу с несовершеннолетними и родителями (законными представителями) в пределах профессиональной компетенции. Осуществляет мероприятия по повышению правовой грамотности специалистов Учреждения
3.	Воспитатель	2	Осуществляет педагогическую деятельность согласно профессиональной компетенции с учетом выявленных проблем у несовершеннолетних
4.	Специалист по работе с семьей	2	Проводит организационную работу с несовершеннолетними и родителями (законными представителями), привлекает (при необходимости) к реализации мероприятий социальных партнеров
Итого:		7	

Материально-технические ресурсы

Для реализации программы используется материально-техническая база Учреждения.

Таблица 5

Помещения	Применение	Источник финансирования и материальная база	Ответственные
Актный зал	Проведение групповых мероприятий, согласно тематическому планированию	Материальная база Учреждения	Воспитатель
Кабинет юриста	Проведение бесед, консультаций с несовершеннолетними, их родителями (законными представителями)	Материальная база Учреждения	Юрисконсульт
Музыкальное и техническое оборудование, оргтехника, компьютеры	Обеспечение проведения программных мероприятий с несовершеннолетними	Материальная база Учреждения	Заведующий отделением
Канцелярские принадлежности	Обеспечение проведения программных мероприятий с несовершеннолетними	Материальная база Учреждения	Заведующий отделением

Информационные ресурсы

Размещение на официальном сайте Учреждения (<http://scuray.ru/>) просветительской информации для родителей (законных представителей) несовершеннолетних, разработка и распространение печатной продукции (памятки, буклеты, листовки и др.) по профилактике правонарушений несовершеннолетних.

Методические ресурсы:

Методическое сопровождение программных мероприятий.

Инфраструктурные ресурсы

Программа реализуется на базе бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Урайский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних».

Контроль и управление

1. Директор Учреждения.
2. Заместитель директора Учреждения.
3. Заведующий ОДПН и ОСР ССО.
4. Специалист по социальной работе, воспитатель, юристконсульт.

Контроль проводится на всех этапах реализации Программы. Контроль как функция управления объективно необходим. В процессе реализации Программы применяются следующие виды контроля:

Предварительный контроль осуществляется на организационном этапе, непосредственно перед началом осуществления практической деятельности по реализации Программы с целью проверки готовности специалистов к реализации мероприятий.

Текущий контроль проводится ежемесячно весь период практического этапа реализации Программы, с целью анализа выполнения мероприятий и внесения необходимых корректировок.

Итоговый контроль проводится на заключительном этапе после завершения реализации Программы, с целью оценки качества и эффективности реализации Программы.

Критерии оценки эффективности

В качестве критериев оценки эффективности реализации Программы, служат количественные, качественные показатели.

Количественные показатели:

- 1) количество специалистов, реализующих Программу;
- 2) количество проведенных мероприятий по профилактики правонарушений несовершеннолетних, согласно тематическому плану реализации Программы;
- 3) количество правонарушений, совершенных несовершеннолетними получателями социальных услуг в период нахождения их в Учреждении;
- 4) количество несовершеннолетних, поставленных на учет за время пребывания в Учреждении;
- 5) количество участников мероприятий по профилактике правонарушений несовершеннолетних

Качественные показатели:

- 1) степень удовлетворенности несовершеннолетних качеством мероприятий, проводимых в Учреждении в рамках Программы;
- 2) степень активности участия родителей (законных представителей) несовершеннолетних в мероприятиях, проводимых в рамках Программы;
- 3) готовность подростков к поиску самостоятельного решения проблемы и ответственному поведению (метод оценки – групповое интервью, включенное наблюдение);
- 4) управляемость процессов сопровождения, наблюдение за реализацией Программы (методы оценки – внутренний аудит, позволяющий оценить качество работы специалистов).



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ



БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ»

ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРАКТИКИ, ТЕХНОЛОГИИ И МЕТОДЫ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПРАВОНАРУШЕНИЙ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Практическое пособие

Выпуск 1

Авторы-составители:

Светлана Александровна Глушкова
Дарья Михайловна Кундухова

Под общей редакцией

Марины Эдуардовны Беспаловой

Ответственный редактор С. А. Глушкова
Оформление – С. А. Глушкова

Подписано в печать 28.12.2021. Формат 60х90х1/8.
Бумага ВХИ. Гарнитура Times New Roman.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 0,7. Тираж 100. Зак. № 25.

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Ресурсный центр развития социального обслуживания»
628406, Тюменская обл., Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Сургут,
ул. Лермонтова, д.3/1
т./ф. 8-3462-550-558
E-mail: DSRRC@admhmao.ru
Website: <https://rcsur.ru/>