

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Педагогики и психологии
факультет
Психологии развития личности
кафедра

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
код и наименование направления подготовки, специальности


ОКАЗАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПОДРОСТКАМ,
СКЛОННЫМ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ
тема

Руководитель


подпись

О.А. Бенькова
инициалы, фамилия

Выпускник


подпись

И.В. Тимошкина
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2017

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета**

Педагогика и психологии
факультет
Психологии развития личности
кафедра

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
код и наименование направления подготовки, специальности

ОКАЗАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПОДРОСТКАМ,
СКЛОННЫМ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ
тема

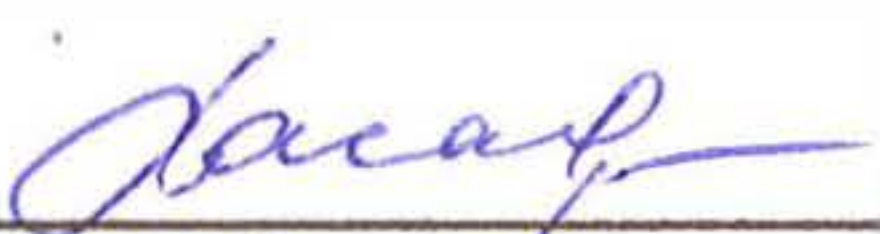
Работа защищена « 23 » июня 2017 г. с оценкой « хорошо »

Председатель ГЭК


подпись

И.О. Логинова
инициалы, фамилия

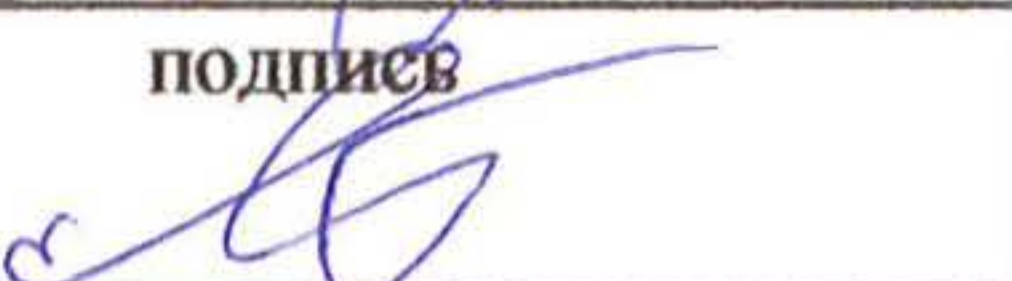
Члены ГЭК


подпись

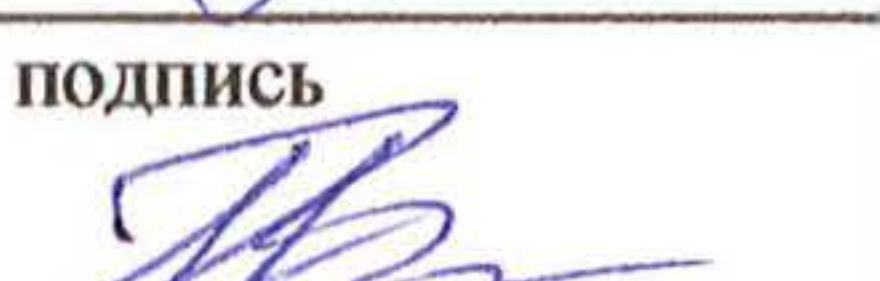
Н.В. Басалаева
инициалы, фамилия


подпись

М.М. Темботова
инициалы, фамилия

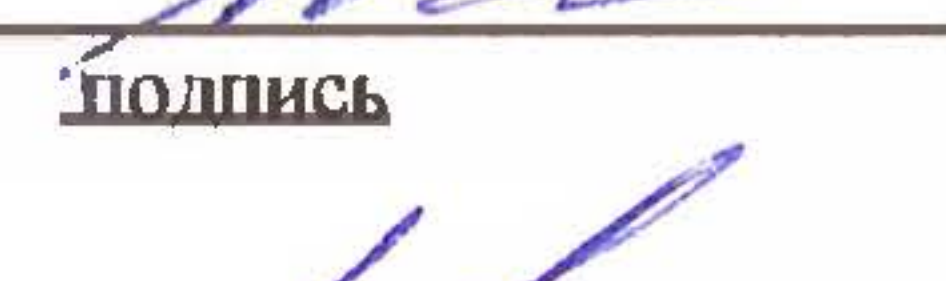

подпись

С.В. Митросенко
инициалы, фамилия


подпись

М.В. Левчук
инициалы, фамилия

Руководитель


подпись

О.А. Бенькова
инициалы, фамилия

Выпускник


подпись

И.В. Тимошкина
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2017

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме «Оказание психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению» содержит 70 страниц текстового документа, 45 использованных источников, 2 таблицы, 2 рисунка, приложения.

ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, СКЛОННОСТЬ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ, ВИДЫ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ, ФАКТОРЫ И ПРИЧИНЫ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ, ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ, ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ.

Цель исследования: изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах содержания психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.

Объект исследования: девиантное поведение.

Предмет исследования: психологическая помощь подросткам, склонным к девиантному поведению.

В работе рассмотрены понятие, причины и виды девиантного поведения; охарактеризованы психологические особенности подростков, склонных к девиантному поведению; раскрыто содержание психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению. В ходе экспериментального исследования выявлена группа подростков с высокой степенью выраженности склонности к различным видам девиантного поведения: 27,3 % со склонностью к социально-обусловленному поведению; 2,3 % – к делинквентному поведению; 4,5 % – к агрессивному поведению; 9,1 % – к самоповреждающему поведению; 2,3 % – к алкогольной зависимости; 2,3 % – к зависимости от курения; 6,8 % – к телевизионной зависимости; 6,8 % – к игровой зависимости, 9,1 % – к зависимости от социальных сетей. На основании полученных экспериментальных данных разработаны рекомендации по оказанию психологической помощи подросткам с учетом выявленной у них склонности.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1 Теоретические аспекты изучения оказания психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.....	9
1.1 Девиантное поведение: понятие, виды, причины.....	9
1.2 Психологические особенности подростков, склонных к девиантному поведению.....	15
1.3 Содержание психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.....	26
2 Экспериментальное изучение оказания психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.....	33
2.1 Организация и методы экспериментального исследования.....	33
2.2 Анализ результатов диагностики подростков.....	37
2.3 Рекомендации по оказанию психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.....	54
Заключение.....	62
Список использованных источников.....	66
Приложение А. Тренинговые занятия для подростков, склонных к социально-обусловленному поведению.....	71
Приложение Б. Программа профилактических занятий «SOS» для подростков, склонных к саморазрушающему поведению.....	80
Приложение В. Интерактивные упражнения, дыхательные релаксационные техники и техники визуализации для профилактики агрессивного поведения у подростков.....	86
Приложение Г. Программа тренинга «Живое общение» для подростков, склонных к зависимости от социальных сетей, игровой и телевизионной зависимости.....	91
Приложение Д. Тренинг профилактики правонарушений с основами правовых знаний.....	106

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В сегодняшнем современном обществе существует проблема девиантного поведения личности, обусловленная масштабностью, многообразием и глобальностью его проявлений. Особенно острой проблема девиантного поведения является в подростковом возрасте.

По данным статистики МВД в России за период с января по март 2017 года 9506 преступлений совершено несовершеннолетними подростками или при их соучастии [36]. По данным Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Красноярского края «...за январь – сентябрь 2016 года несовершеннолетними подростками совершено 690 общественно-опасных деяний, участниками которых стали 832 подростка, из них 649 не достигли возраста 14 лет» [13, с.1].

Подростковый период – это нелегкий кризисный период развития. Именно в подростковом возрасте начинают формироваться очень важные качества личности, обращение к которым могло бы стать одной из важнейших составляющих превенции девиантного поведения. Поэтому чрезвычайно важным является оказание своевременной психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению, в направлении психологической превенции, целью которой является психопрофилактика и предупреждение отклоняющегося поведения в подростковой среде.

Цель исследования: изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах содержания психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.

Объект исследования: девиантное поведение.

Предмет исследования: психологическая помощь подросткам, склонным к девиантному поведению.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что склонность к девиантному поведению у подростков проявляется через склонность к социально-обусловленному, делинквентному, агрессивному, аддиктивному и

самоповреждающему поведению. Это и будет определять направления психологической помощи таким подросткам.

Для достижения поставленной цели нами были поставлены следующие задачи:

1. Проанализировать литературу по теме исследования; рассмотреть понятие, причины и виды девиантного поведения; охарактеризовать психологические особенности подростков, склонных к девиантному поведению; раскрыть содержание психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.

2. Подобрать диагностические методики для исследования склонности к девиантному поведению у подростков; провести констатирующий эксперимент и проанализировать полученные результаты.

3. Исходя из результатов диагностики, разработать рекомендации по оказанию психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.

В процессе исследования мы использовали следующие методы:

- 1) теоретические: анализ литературы по проблеме исследования;
- 2) эмпирические: тестирование («Тест СДП (склонность к девиантному поведению)», разработанный Э.В. Леусом, А.Г. Соловьевым; «Тест на зависимость (аддикцию)» Г.В. Лозовой).
- 3) количественный и качественный анализ результатов диагностики.

Теоретическими и методологическими основаниями выпускной квалификационной работы послужили исследования в области психологии девиантного поведения (Змановская Е.В., Менделевич В.Д., и др.); работы в области изучения особенностей подростков с девиантным поведением (Гербут К.А., Разживина Н.В., Родермель Т.А. и др.).

Экспериментальная база исследования – МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Лесосибирска» Красноярского края. В экспериментальной работе приняли участие обучающиеся девятого класса.

Средний возраст испытуемых – 15 лет. Выборка исследования составила 44 респондента.

Исследование осуществлялось в несколько этапов:

Первый этап (ноябрь 2016 г. – февраль 2017 г.) – анализ научных публикаций и основных концепций по теме исследования; отработка понятийного аппарата исследования; постановка цели, определение объекта, предмета и задач исследования; выбор методов исследования; оформление теоретической главы выпускной квалификационной работы.

Второй этап (март – апрель 2017 г.) – проведение констатирующего эксперимента; количественный и качественный анализ результатов.

Третий этап (май – июнь 2017 г.) – разработка рекомендаций по оказанию психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению; оформление выпускной квалификационной работы.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы состоит в том, что в работе проанализирован и систематизирован материал по проблеме оказания психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению; выделены особенности девиантного поведения, свойственные подросткам; охарактеризованы особенности оказания психологической помощи подросткам с девиантным поведением; разработаны рекомендации по оказанию психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению. Полученные в ходе исследования данные можно использовать педагогам, психологам, родителям. А также, представленный нами материал, могут использовать студенты при подготовке к занятиям, при написании рефератов, курсовых и выпускных квалификационных работ.

Результаты исследования апробированы на IX Международной научно-практической конференции «Проблемы формирования единого научного пространства» (г. Волгоград, 5 мая 2017 г.). По теме выпускной квалификационной работы опубликована статья.

Структура выпускной квалификационной работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (45 наименований) и приложений. Результаты исследования представлены в 2 таблицах и 2 рисунках. Объем работы составляет 70 страниц.

Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПОДРОСТКАМ, СКЛОННЫМ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

1.1 Девиантное поведение: понятие, виды, причины

Термин «девиантное поведение» был введен в употребление Я.И. Гилинским, основоположником культурологического направления исследования данного феномена. В настоящее время понятие «девиантное поведение» часто употребляется наравне с термином «отклоняющееся поведение».

В отечественных исследованиях, как отмечает Н.В. Майсак, под девиантным поведением понимается:

- 1) «...поступок, действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам;
- 2) социальное явление, выраженное в массовых формах человеческой деятельности, не соответствующих официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам.

В первом значении девиантное поведение является преимущественно предметом общей и возрастной психологии, педагогики, психиатрии, а во втором – предметом социологии и социальной психологии» [18, с. 8].

В Большом психологическом словаре термин «девиантное поведение» трактуется следующим образом: (англ. deviation – отклонение) «...действия, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе (социальной группе) моральным и правовым нормам и приводящие нарушителя (девианта) к изоляции, лечению, исправлению или наказанию» [2, с. 111].

Известный отечественный девиантолог Е.В. Змановская, под девиантным (отклоняющимся) поведением понимает «...устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности, а также

сопровождающееся ее социальной дезадаптацией» [11, с. 15].

Автор В.Д. Менделевич трактует девиантное поведение как «систему поступков, противоречащих принятым в обществе нормам и проявляющихся в виде несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушения процесса самоактуализации или в виде уклонения от нравственного и эстетического контроля за собственным поведением» [20, с. 70].

Исследователь И.Ю. Блясова под девиантным поведением понимает «...действия, не соответствующие социально одобряемым нормам, ценностям, культуре поведения, сложившиеся в условиях социальной дезорганизации с преобладанием таких факторов-детерминантов, как насилие, аморальность, изолированность от социально-культурной среды, нередко с дефектами психического здоровья, отсутствием внешнего и внутреннего контроля» [1, с. 77].

По мнению Л.Б. Шнейдер, девиантное поведение – это «...вид социального поведения, не соответствующего принятым в обществе нормам и ролевым предназначениям и предполагающего наличие трех взаимосвязанных компонентов: человека со свойственным ему типом поведения; норм или ожиданий общества (группы), выступающих критериями оценки поведения с точки зрения его девиации; определенного органа, учреждения или личности, которые реагируют на данное поведение и принимают решение о том, нормально это поведение или девиантно» [45, с. 75].

В зависимости от способов взаимодействия с реальностью и нарушения тех или иных норм общества В.Д. Менделевич разделяет девиантное поведение на пять типов: делинквентное, патохарактерологическое, аддиктивное, психопатологическое и отклонения в поведении на базе гиперспособностей.

Делинквентный тип девиантного поведения – это отклоняющееся поведение в крайних своих проявлениях, представляющее уголовно

наказуемое деяние. Отличия делинквентного от криминального поведения заключаются в тяжести правонарушений и выраженности их антиобщественного характера.

Аддиктивный тип девиантного поведения – это поведение с формированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема психоактивных веществ или постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности с целью развития и поддержания интенсивных эмоций.

Патохарактерологический тип девиантного поведения – это поведение, обусловленное патологическими изменениями характера, сформировавшимися в процессе воспитания. К ним относятся расстройства личности (психопатии) и явные или выраженные акцентуации характера.

Психопатологический тип девиантного поведения основывается на психопатологических симптомах и синдромах, являющихся проявлениями тех или иных психических расстройств и заболеваний.

Основанный на гиперспособностях тип девиантного поведения заключается в том, что выходящими за рамки обычного, нормального рассматривают человека, способности которого значительно и существенно превышают среднестатистические. Отклонение в сторону одаренности в одной области человеческой деятельности часто сопровождается девиациями в обыденной жизни [20].

По мнению Р.В. Овчаровой, девиантное поведение подразделяется на две основных категории:

- 1) поведение, отклоняющееся от норм психического здоровья, обусловленное наличием явной или скрытой психопатологии (патологическое);
- 2) асоциальное поведение, проявляющееся в нарушении социальных, культурных и правовых норм. Оно, в свою очередь, исходя из степени

проступков (правонарушения или преступления), подразделяется на делинквентное (противоправное) или криминальное (преступное) [24].

В классификации В.Н. Кудрявцева виды девиантного поведения разделяются по признаку целевой направленности и мотивам:

- 1) отклонения корыстной ориентации;
- 2) отклонения агрессивной ориентации (мотивы мести, неприязни, вражды, неуважения к человеку);
- 3) отклонения социально-пассивного типа (отчуждение от интересов общества и коллектива) [15].

Исследователь Е.В. Змановская разработала классификацию поведенческих отклонений на основании следующих критериев: вид нарушаемой нормы и негативные последствия девиантного поведения.

В соответствии с этими критериями автор выделяет три группы девиантного поведения: антисоциальное (делинквентное) поведение, асоциальное (аморальное) поведение, аутодеструктивное (саморазрушительное) поведение.

Опираясь на классификацию Е.В. Змановской, охарактеризуем выделенные группы.

Антисоциальное (делинквентное) поведение противоречит правовым нормам, угрожает благополучию окружающих и социальному порядку и включает действия или бездействия, запрещенные законодательством. Делинквентное поведение взрослых людей (старше 18 лет) уголовно наказуемо, влечет за собой уголовную и гражданскую ответственность, проявляется обычно в форме правонарушений. Для подростков в большей степени характерны: хулиганство, грабежи, кражи, физическое насилие, вандализм, распространение наркотиков.

Асоциальное поведение является непосредственной угрозой благополучию межличностных отношений, уклонением от выполнения морально-нравственных норм. Проявления асоциального поведения разнообразны: агрессивное поведение, сексуальные девиации, азартные игры

на деньги, иждивенчество, бродяжничество. В подростковом возрасте асоциальное поведение может проявляться в виде уходов из дома, бродяжничества, школьных прогулов, отказа от посещения школы и обучения, промискуитета, граффити, субкультуральных девиаций.

Аутодеструктивное (саморазрушительное) поведение характеризуется отклонением от психологических и медицинских норм, является угрозой целостности и развитию самой личности. Данный тип девиантного поведения может проявляться в следующих формах: суицидальное поведение, пищевая зависимость, химическая зависимость, фанатизм, аутическое поведение, виктимное поведение, поведение с выраженным риском для жизни. В подростковом возрасте аутодеструктивное поведение опосредуется групповыми ценностями и нормами [11].

Рассмотрим причины и факторы, обуславливающие девиантное поведение личности.

Исследователь Т.А. Родермель выделяет следующие причины, вызывающие девиантное поведение:

- 1) «...разрыв между ценностями культуры и существующей в обществе социальной структурой;
- 2) противоречие между доминирующей в обществе культурой и разнообразными делинквентными субкультурами;
- 3) разрыв между социальным статусом личности и ее социальными ожиданиями;
- 4) отчуждение личности от ценностно-нормативной системы регуляции, существующей в обществе, когда официально признаваемые цели и ценности становятся недоступными тем людям, которые хотели бы достичь их законными и одобряемыми обществом путями и средствами;
- 5) утрата личностью морально-ценностных ориентиров, в результате чего наступает нравственный кризис, и личность становится жертвой вседозволенности;

б) ощущение индивидом бессмысленности своей жизни, приводящее к самоубийству;

7) аномия – нарушение моральных предписаний, правовых норм, законов» [33, с. 25].

Автор С.Н. Дубинин под детерминантами девиантного поведения понимает «...внутренние и внешние факторы, под воздействием которых происходят нарушения процесса социализации личности и формируются отклонения ее поведения». При этом автор отмечает, что «...основные факторы развития и социализации личности (биогенетический, социально-педагогический, внутренне психологический и нравственно-духовный) одновременно могут выступать как детерминанты девиантного поведения личности. Это означает, что социализация является условием и фактором не только становления и развития личности в целом, но и фактором девиации ее поведения» [9, с. 7].

Таким образом, обобщая вышеизложенное, мы можем сделать вывод, что девиантное поведение, в первую очередь, не соответствует официально установленным и общепринятым нормам конкретного общества и вызывает негативную оценку со стороны окружающих. Еще одним признаком отклоняющегося поведения является то, что оно наносит реальный ущерб как окружающим людям, так и самой личности.

Кроме того, необходимо отметить, что девиантное поведение имеет многократно повторяющийся характер и выраженное индивидуальное и возрастно-половое своеобразие. Девиантное поведение рассматривается исследователями в пределах медицинской нормы (девиация – это крайний вариант нормы, граница между нормой и патологией), но при этом сопровождается различными проявлениями социальной дезадаптации личности. Фактором риска для развития девиантного поведения является подростковый период развития личности.

1.2 Психологические особенности подростков, склонных к девиантному поведению

Подростковый период – это нелегкий кризисный период развития. Именно в подростковом возрасте начинают формироваться очень важные качества личности: стремление к развитию и самосознанию, интерес к своей личности и ее потенциалам, способность к самонаблюдению, появление рефлексии и формирование нравственных убеждений. Подростки начинают осознавать себя частью общества и обретают новые общественно значимые позиции; делают попытки в самоопределении.

В тоже время, как отмечают Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, существует ряд особенностей подросткового возраста, которые могут выступать фактором риска формирования девиантного поведения. Это «...повышенный эгоцентризм; тяга к сопротивлению, упрямству, протесту, борьбе против воспитательных авторитетов; амбивалентность характера; стремление к риску и неизвестному; обостренная тяга к взрослению; стремление к независимости и отрыву от семьи; незрелость нравственных убеждений; болезненное реагирование на возрастные изменения; неспособность принять свою формирующуюся сексуальность; склонность преувеличивать степень сложности проблем; кризис идентичности; деперсонализация и дереализация в восприятии себя и окружающего мира; негативная или несформированная «Я-концепция»; гипертрофированные поведенческие реакции: эмансипации, группирования, увлечения, сексуальные, детские (отказ, имитация, компенсация, оппозиция); низкая переносимость трудностей» [35, с. 69].

Подросток не только не успевает осознать происходящие с ним изменения, но и не успевает к ним адаптироваться. В результате появляется неуверенность в себе, повышенная конфликтность, недоверие к окружающим, склонность к депрессиям, агрессивное и жестокое поведение по отношению к окружающему миру.

Автор С.В. Духновский выделяет ряд проблем, наиболее характерных для подростков с девиантным поведением:

- «...разочарование, что не сбылись надежды, и уверенность в неизбежности новых неудач, делающие невыносимым дальнейшее возбуждение и требования со стороны окружающих; вызывают ощущение бессилия, сопровождающиеся беспокойством, раздражением, причиняющие острую боль;

- неудовлетворенность эмоционально значимых потребностей, сопровождающаяся тревогой, недовольством, ведущая к стрессу;

- недостаток близости и сочувствия в отношениях с людьми, сопровождающийся упадком жизненных сил, возбуждением и нетерпимостью к любым требованиям окружающих, вызывает тревогу;

- ощущение бессилия, причиняющее острую душевную боль, вызывает беспокойство и раздражение к любым требованиям в отношении своих возможностей;

- проблема, связанная с деятельностью подростка, за достижения в которой он хочет, чтобы его ценили и уважали;

- разочарование в своих возможностях управлять ходом событий, приводящее к тому, что подросток чувствует себя непонятым, «сбитым с толку». Это вызывает ощущение бессилия, беспокойства, тревоги» [10, с. 43].

Исследователь Т.А. Родермель выделяет три группы факторов, обуславливающих девиантное поведение подростков.

1. Социально-педагогические факторы: дефекты школьного, семейного или общественного воспитания; половозрастные и индивидуальные особенности развития детей, приводящие к отклонениям в ранней социализации ребенка в период детства с накоплением негативного опыта; стойкая школьная неуспешность, разрыв связей со школой, несформированность познавательных мотивов, интересов и школьных навыков; школьная дезадаптация.

2. Социально-экономические факторы: социальное неравенство, расслоение общества на богатых и бедных, обнищание значительной массы населения, ограничение социально приемлемых способов получения достойного заработка, безработица, инфляция и, как следствие, социальная напряженность.

3. Морально-этические факторы: низкий морально-нравственный уровень современного общества, разрушение духовных ценностей; психология «вещизма»; падение нравов; нейтральное отношение общества к проявлениям девиантного поведения [33].

Как указывает Р.В. Овчарова, отклонения в поведении подростков могут быть обусловлены следующими группами причин:

- а) социально-педагогическая запущенность;
- б) глубокий психический дискомфорт, вызванный неблагополучием семейных взаимоотношений, несложившимися взаимоотношениями со сверстниками, несправедливым, грубым, жестоким отношением со стороны родителей, педагогов, одноклассников;
- в) отклонения в состоянии психического и физического здоровья и развития, акцентуации характера;
- г) отсутствие условий для самовыражения, позитивных и значимых социальных и личных жизненных целей и планов;
- д) безнадзорность, отрицательное влияние окружающей среды, социально-психологическая дезадаптация [24].

По мнению И.А. Невского, можно выделить следующие стадии развития отклонений в поведении подростков:

- неодобряемое поведение в виде шалостей, озорства, непослушания, непоседливости, упрямства, которые эпизодически наблюдаются у большинства подростков;
- порицаемое поведение, вызывающее осуждение педагогов, родителей, окружающих людей и проявляющееся в эпизодических

нарушениях дисциплины, драчливости, грубости, дерзости, лживости, нечестности и т.п.);

- девиантное поведение, в основе которого лежат систематические или привычные нравственно-отрицательные проявления и проступки (нечестность, лживость, притворство, лицемерие, эгоизм, эгоцентризм, конфликтность, агрессивность, кражи и др.);

- делинквентное, или преступное поведение, т.е. эпизодически умышленные нарушения норм и требований, регулирующих поведение и взаимоотношения людей в обществе: хулиганство, избиение, вымогательство, распитие спиртных напитков, злостные нарушения дисциплины и общепринятых правил поведения и т.п.;

- деструктивное, или экстремальное поведение, наносящее ущерб личности самого подростка: систематическое употребление спиртных напитков, токсических и наркотических веществ, половая распущенность, граничащая с проституцией, активное участие в неформальных объединениях, деятельность которых ведет к деформации личности (религиозно-мистические, асоциально-экстремистские группировки, «зацеперы» и т.п.) [23].

Одной из причин, в силу которой отклоняющееся поведение среди подростков встречается чаще, чем в других возрастных группах, является социальная незрелость и физиологические особенности формирующегося организма: стремление испытать острые ощущения, любопытство, недостаточная способность прогнозировать последствия своих действий, гипертрофированное стремление быть независимым. Подросток часто не соответствует требованиям, которые предъявляет к нему общество, он не готов к выполнению определенных социальных ролей в той мере, в какой ожидают от него окружающие. В свою очередь, он считает, что не получает от общества того, на что вправе рассчитывать. Противоречие между биологической и социальной незрелостью подростков, с одной

стороны, и требованиям общества – с другой, служит реальным источником девиации [21].

Авторы А.В. Прялухина, Л.Г. Лаптев на основе исследования индивидуальных особенностей развития подростков, склонных к девиантному поведению, и аддиктивных подростков сформулировали понятие «девиантное поведение подростка». По мнению авторов, это «...негативное социальное явление, отражающее нарушения социальной регуляции поведения, проявляющееся в деформации личности и выражающееся в различных формах социальной патологии (безнадзорность, аддиктивность, суицид и пр.)» [30, с. 89].

Исследователем Н.В. Разживиной на основе изучения особенностей личностных диспозиций подростков сформулировано понятие «склонность к девиантному поведению», под которым понимается «...предрасположенность личности к нарушению социально-принятых норм поведения, обусловленную совокупностью внутренне и внешне обусловленных факторов, образующих и преобразующих ее диспозиционную систему и проявляющуюся в избирательной направленности личности на выполнение социально-неодобряемых действий, демонстрацию негативных личностных характеристик, готовность противопоставлять себя другим субъектам в различных системах отношений, вызванную биологическими, социальными или психологическими причинами» [31, с. 43].

В зависимости от физического и полового развития А.В. Прялухина, Л.Г. Лаптев выделили три группы девиантных подростков:

а) подростки с отставанием в физическом и половом развитии от своих сверстников; для таких подростков характерны: «...внушаемость, безответственность, неустойчивость интересов, поверхностность эмоций, демонстрация неповиновения и прогулы занятий»;

б) подростки, чье половое развитие опережает сверстников; для них свойственны: «...повышенная аффективность, возбудимость, агрессивность, бурная реакция на любой запрет родителей или воспитателя»;

в) подростки, у которых доминирует расторможенность влечений, характеризуются «...злостью, жестокостью, агрессивностью, раздражительностью» [30, с. 90].

Автор Н.В. Разживина считает, что склонность к девиантному поведению является «...следствием сложившейся диспозиции как совокупности несформированных ценностных ориентаций на предшествующем этапе возрастного развития и результатом взаимодействия внутренне (потребности, мотивация, установки, формирующие готовность к нарушению социально-принятых норм поведения) и внешне обусловленных факторов (отсутствие стабильности; уверенности; ценностных ориентиров; культуры взаимоотношений в общественных институтах, обусловленных кризисом общественного развития)» [32, с.10].

Исследователи А.В. Прялухина, Л.Г. Лаптев также определили закономерности развития девиантных подростков. В первую очередь, отмечают авторы, для таких подростков свойственно «общее отставание в психическом развитии от своих нормативных сверстников». На когнитивном уровне у девиантных подростков часто обнаруживается низкий уровень интеллекта, следствием чего является низкая успеваемость или хроническая неуспеваемость, потеря интереса к учебе в целом. На личностном уровне для этих подростков характерны «нарушения в мотивационно-потребностной сфере (недоразвитие культурных, нравственных, познавательных потребностей, доминирование потребностей в удовольствии, отсутствие четкой иерархии ценностей, несформированности профессионального самоопределения, ограниченность сферы интересов, склонность к воровству, бродяжничеству, сексуальным эксцессам, употреблению алкоголя)». На эмоционально-волевом уровне проявляются такие особенности как «пассивная подчиняемость в сочетании с упрямством, и неадекватными аффектами, агрессивность, безвольность, низкий самоконтроль, доминирование низших эмоций над высшими чувствами, негативных над позитивными, эмоциональной сферы над рациональной». Кроме того, для

девиантных подростков характерно «несоответствие между самосознанием и актуальным жизненным опытом», что «способствует формированию у девиантного подростка «диффузности самоидентичности», которая связана с чувством неполноценности» [30, с. 90].

По мнению В.В. Толмачевой, В.А. Ильницкой, девиантное поведение подростков имеет ряд следующих особенностей:

- «...особенности отдельных психических процессов: повышенная подвижность или заторможенность, устойчивость или слабость нервных процессов; повышенная активность или пассивность; сосредоточенность или рассеянность, болтливость или замкнутость; импульсивность и непредсказуемость, повышенная возбудимость и аффективность;

- социально обусловленные качества личности и черты характера: неорганизованность, несобранность, лень, невнимательность, недисциплинированность, лживость, драчливость, капризность, упрямство, грубость, озлобленность, агрессивность, жестокость;

- низкая общая культура, негативное отношение к нравственным нормам и правилам, к окружающим людям (неопрятность, бестактность, равнодушие, безразличие, необязательность, невыполнение заданий, пропуски занятий, прогулы, уход из дома и из школы, бродяжничество, конфликты со сверстниками и взрослыми, копирование образцов асоциального поведения, ориентация на узкогрупповые интересы и ценности);

- вредные привычки: курение, употребление алкоголя, токсических и наркотических средств, увлечение азартными играми» [38, с. 17].

Как отмечают А.В. Прялухина, Л.Г. Лаптев, основными факторами формирования девиантного поведения подростков являются биологические и социальные факторы. При этом определяющую роль все же имеет социальный фактор. По мнению авторов, «...среди факторов социализации ведущую роль играют особенности семейного воспитания (общая культура семейных взаимоотношений, ошибки семейного воспитания), издержки

учебно-воспитательного процесса (недостаток внимания со стороны учителей к ребенку, безразличие к его интересам, запросам и потребностям, как со стороны школы, так и со стороны семьи), что приводит подростка в асоциальные группы, где и происходит удовлетворение всех базовых потребностей развивающейся личности» [30, с. 94].

Исследователь Н.В. Разживина выделяет следующие критерии склонности к девиантному поведению: личностно-социальный, когнитивно-смысловой, мотивационный, поведенческий, эмоционально-волевой. По мнению автора, данные критерии «...отражают степень осознания подростком себя как личности, своих способностей, возможностей; готовности (или ее отсутствия) работать над устранением негативных форм поведения; устанавливать конструктивные отношения с другими субъектами образовательной среды, с членами семьи, со сверстниками в неформальных группах; оценивать свое поведение и управлять нежелательными его проявлениями на каждом этапе развития – в младшем, среднем и старшем подростковом возрасте» [33, с. 10].

В свою очередь Д.Ф. Петрусевич указывает, что социальные факторы, обуславливающие девиантное поведение подростков, разнообразны и выделяет следующие:

- индивидуальный фактор (психобиологические предпосылки, которые затрудняют социальную адаптацию подростка);
- психолого-педагогический фактор (дефекты школьного и семейного воспитания);
- социально-психологический фактор (неблагоприятные особенности взаимодействия подростков в семье и со своим ближайшим окружением в лице одноклассников, друзей);
- личностный фактор (избирательное отношение к «предпочитаемой среде общения, нормам и ценностям своего окружения, к педагогическим воздействиям семьи, школы, общественности»);

- социальный фактор (социальные и экономические условия развития общества) [26].

Приведем характеристику критериев и показателей склонности подростков к девиантному поведению, представленную Н.В. Разживиной.

Личностно-социальный критерий включает в себя: «Я-концепцию, ценностные ориентации, установки, социальную адаптированность, общительность, конфликтность, наличие акцентуированных черт характера, сформированность профессиональных интересов». У подростков, склонных к девиантному поведению, вышеперечисленные показатели проявляются следующим образом: «несформированность «Я-концепции» личности; отсутствие четкой системы ценностных ориентаций; наличие социально-неодобряемых установок; низкий уровень адаптации; внешняя социабельность, сочетающаяся со страхом перед стойкими контактами; проявление крайних вариантов в общении (общительность – замкнутость); наличие неэффективных стратегий поведения в конфликте; наличие ряда акцентуаций; отсутствие четкого представления о будущей профессии».

Когнитивно-смысловой критерий склонности к девиантному поведению характеризуется «знанием самого себя, самооценкой, осознанием социальных норм, способностью анализировать и осознавать особенности и требования школы, осознанием своих истинных целей». Для подростков, склонных к девиантному поведению, характерны такие особенности как: «низкий уровень аутопсихологической компетентности; неадекватная самооценка; отсутствие четкого представления о социальных нормах жизнедеятельности; стремление уходить от ответственности; отсутствие способности к анализу и обобщению системы существующих требований и сопоставлению их с собственными характеристиками, потребностями и возможностями».

В мотивационный критерий склонности к девиантному поведению автором Н.В. Разживиной включается: «мотивация учебной деятельности, потребность в персонализации, мотивы выбора профессии, способность и

потребность устанавливать внутренние связи в системе «потребность – мотив – цель – возможность», потребность участия в полезных видах деятельности». Исходя из данных параметров, автор выделяет следующие особенности подростков, склонных к девиантному поведению: «низкий уровень мотивации учебной деятельности, преобладание узколичностных мотивов; узость, неустойчивость интересов; низкий уровень потребности в персонализации в классном коллективе и выраженная потребность принадлежности к неформальным группам; дезадаптация в выборе будущей профессии; отсутствие четкой связи между желаниями, возможностями и общими жизненными целями; отсутствие мотивов, связанных с перспективой; невыраженность потребности участия в полезных видах деятельности».

Поведенческий критерий склонности к девиантному поведению включает в себя: «готовность вырабатывать эффективные стратегии поведения, готовность и способность корректировать нежелательные формы поведения: склонность к суицидальному поведению, склонность к аддиктивному поведению, склонность к делинквентному поведению; сформированность внешней культуры поведения». Подростки, склонные к девиантному поведению, характеризуются: «низким уровнем готовности и способности проектировать эффективные стратегии поведения; высоким уровнем поисковой активности в сфере девиантных интересов; низким уровнем потребности в самовоспитании и самокоррекции; хорошей переносимостью кризисных ситуаций в сочетании с плохой адаптацией к обыденным ситуациям, что проявляется в суицидальных попытках; независимостью в недевиантных сферах деятельности, сочетаемой со стремлением обвинять окружающих и с зависимостью в сфере аддикции (алкоголь, табакокурение, токсикомания и т.д.); склонностью к риску; эпатажностью на основе потребности острых ощущений, необычных переживаний; демонстративными действиями негативного характера;

неадаптивностью поведения и суждений вследствие скрытого комплекса неполноценности».

Эмоционально-волевой критерий склонности к девиантному поведению характеризуется «состоянием эмоционально-волевой сферы, эмоциональной устойчивостью». На основе данных параметров исследователь Н.В. Разживина выделяет такие особенности их проявления у подростков, склонных к девиантному поведению: «склонность к негативным эмоциональным переживаниям (напряженность, тревожность, агрессивность, негативизм, снижение эмоциональной отзывчивости); эмоциональная неустойчивость; низкий уровень самоконтроля и саморегуляции» [32, с. 13].

Как отмечает Н.В. Разживина, «...личностно-социальный критерий склонности к девиантному поведению взаимосвязан со средой, когнитивно-смысловой – с самооценкой, мотивационный – с тревожностью по отношению к взрослым, поведенческий – с уровнем интеллекта, эмоционально-волевой – с общей тревожностью в школе и оценкой мотивации одобрения» [31, с. 42].

В ходе исследования особенностей подростков, склонных к девиантному поведению, автором И.А. Дроздецкой было установлено, что в младшем подростковом возрасте склонность к девиантному поведению обусловлена успеваемостью подростка, уровнем школьной тревожности, самооценкой и отношениями в семье. В среднем подростковом возрасте на формирование склонности к девиантному поведению влияют: социометрический статус подростка, школьная тревожность, самооценка и оценка мотивации одобрения. В старшем подростковом возрасте склонность к девиантному поведению определяется профессиональной направленностью, самооценкой и умственным развитием подростка [8].

Таким образом, основываясь на результатах исследований вышеуказанных ученых, мы можем отметить, что девиантные подростки характеризуются следующими особенностями: волевая незрелость, безвольное поведение, низкий уровень самоконтроля, преобладание

отрицательных эмоций над положительными, господство эмоциональной сферы над рациональной, эмоциональная депривация, деформация мотивационно-потребностной сферы, преобладание потребности в удовольствиях и развлечениях, отсутствие иерархии ценностей, познавательной потребности, неуверенность в себе, нарушение взаимоотношений со сверстниками (изоляция, отвержение сверстниками, отсутствие друзей, эмпатических связей) и взрослыми (отсутствие доверительности, несогласие, негодование, жестокость). У девиантных подростков искажено нравственное сознание, усвоенные ими асоциальные нормы и ценности референтной группы противоречат ценностям и нормам общества.

Склонность к девиантному поведению – это предрасположенность подростка к нарушению социально-принятых норм поведения, которая обуславливается биологическими, социальными или психологическими причинами и проявляется в социально-неодобряемых действиях, демонстрации негативных личностных характеристик, готовности противопоставлять себя другим. Девиантное поведение, как правило, формируется в подростковом возрасте, затрагивая все стороны развития: анатомо-физиологическое строение, интеллектуальное и нравственное развитие, разнообразные сферы деятельности подростка. Поэтому чрезвычайно важной является профилактика девиантного поведения в подростковой среде; оказание своевременной психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению.

1.3. Содержание психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению

Рассмотрим особенности и содержание психологической помощи девиантным подросткам и подросткам, склонным к девиантному поведению.

В Словаре практического психолога С.Ю. Головина психологическая помощь рассматривается как «...область практического применения психологии, ориентированная на повышение социально-психологической компетентности людей...» [7, с. 293]. Также отмечается, что психологическая помощь может быть адресована «как отдельному субъекту, так и группе, организации». Основными способами оказания психологической помощи являются индивидуальное консультирование и групповая психотерапия. Психологическая помощь используется в «ситуациях преодоления различного рода психологических затруднений», может иметь как психопрофилактическую, так и психокоррекционную направленность.

Автор С.В. Петрушин определяет психологическую помощь как активизацию внутренних ресурсов человека для того, чтобы он сам мог справиться со своей проблемой [27].

Как отмечает Е.Б. Усова, психологическая помощь характеризуется гуманистической направленностью и выстраивается с учетом следующих принципов: «...конфиденциальность, добровольность и личная заинтересованность, принятие человеком ответственности за свою жизнь, взаимное доверие, поддержка, уважение личности и индивидуальности» [40, с. 144].

Выделяют два основных направления психологической помощи личности с девиантным поведением. Во-первых, это психологическая превенция, имеющая своей целью предупреждение, психопрофилактику. Во-вторых, это психологическая интервенция, предусматривающая преодоление, коррекцию, реабилитацию. Вспомогательным видом психологической помощи в данном случае выступает психологическая диагностика [5].

Охарактеризуем виды психологической помощи более подробно.

Профилактика девиантного поведения осуществляется на различных уровнях (общегосударственный, правовой, общественный, экономический,

медицинский, педагогический, социально-психологический) и предусматривает систему общих и специальных мероприятий. Главными условиями профилактики девиантного поведения являются: комплексность осуществляемой профилактической работы, ее последовательность, дифференцированность и своевременность. Считается, что психопрофилактика наиболее эффективна на ранних этапах выявления проблем, когда еще возможно воздействие на условия и причины, формирующие девиантное поведение [44].

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) выделяет три формы профилактики: первичную, вторичную и третичную.

Первичная профилактика предусматривает устранение неблагоприятных факторов, повышение устойчивости к их влиянию. Данная форма профилактики может широко использоваться в подростковой среде.

Вторичная профилактика предполагает раннее выявление и реабилитацию нарушений, а также непосредственную работу с подростками «группы риска», которые имеют склонность к отклоняющемуся поведению.

В рамках третичной профилактики осуществляется лечение нервно-психических расстройств, которые сопровождаются нарушениями в поведенческой сфере; а также предупреждение рецидивов у лиц с уже сформировавшимся отклоняющимся поведением [3, 14].

Автор Е.В. Змановская выделяет следующие формы психопрофилактики девиантного поведения:

1. Организация социальной среды.
2. Информирование посредством лекций, бесед, распространения специальной литературы, телефильмов о последствиях девиантного поведения, способов воздержания от него и выработку активной личностной позиции. Информирование с целью предупреждения девиантного поведения должно проводиться не позднее 14 лет.
3. Активное социальное обучение социально-важным навыкам в форме групповых тренингов:

- тренинг резистентности (устойчивости) к негативному социальному влиянию в ходе которого «...изменяются установки на девиантное поведение, формируются навыки распознавания рекламных стратегий, развивается способность говорить «нет» в случае давления сверстников, дается информация о возможном негативном влиянии родителей и других взрослых...»;

- тренинг асертивности или аффективно-ценностного обучения, предусматривающий обучение подростков распознаванию и выражению эмоций приемлемыми способами, практическим навыкам, помогающим справляться со стрессом;

- тренинг формирования жизненных навыков, направленный на развитие умения общаться, конструктивно разрешать конфликты, принимать на себя ответственность, отстаивать свою позицию, развитие навыков самоконтроля и уверенного поведения

4. Организация деятельности, альтернативной девиантному поведению (путешествия, экстремальные виды спорта, значимое общение, любовь, творчество, волонтерская деятельность и т.п.).

5. Организация здорового образа жизни посредством формирования личной ответственности за собственное здоровье.

6. Активизация личностных ресурсов через привлечение подростков к занятиям спортом, творчеством, участию в группах общения и личностного роста.

7. Минимизация негативных последствий девиантного поведения направлена на профилактику рецидивов и их последствий и используется в случае уже сформированного отклоняющегося поведения [11].

Ведущими методами профилактической работы являются: информирование, тренинговые упражнения, ролевые игры, групповые дискуссии, моделирование эффективного социального поведения, психотерапевтические методики.

Психопрофилактика в целях предупреждения девиантного поведения может осуществляться в форме тренинговых программ, образовательных программ, спецкурсов, психологического консультирования, телефонов доверия в ситуации кризисной помощи, психотерапии нервно-психических расстройств и пограничных состояний.

При организации психопрофилактической работы должны обязательно соблюдаться следующие принципы: «...комплексность (воздействие на разных уровнях: семья, социальное окружение, личность); адресность (учет возрастных, половых и социальных характеристик); массовость (приоритет групповых форм работы); позитивность информации; минимизация негативных последствий; личная заинтересованность и ответственность участников; максимальная активность личности; устремленность в будущее (оценка последствий поведения, актуализация позитивных ценностей и целей, планирование будущего без девиантного поведения)» [40, с. 147].

Другим видом психологической помощи является интервенция.

Психологическая интервенция – это «...психологическое вмешательство в личностное пространство для стимулирования позитивных изменений» [11, с. 165].

Отличительной особенностью психологической интервенции является желание изменений со стороны самой личности, ее готовность к сотрудничеству с психологом. Ведущими методами психологической интервенции являются психотерапия, психологическое консультирование, психологический тренинг, организация терапевтической среды.

Наиболее популярной формой психологической работы с личностью является консультирование в сочетании с психотерапией, которая может осуществляться в следующих формах: групповая, семейная, индивидуальная, длительная или краткосрочная, директивная или недирективная, ориентированная на решение проблем или личностные изменения. В зависимости от целей интервенции выделяют три вида психотерапии: поддерживающая психотерапия – ориентируется на поддержку имеющихся

защитных сил и выработку новых эффективных способов поведения; переучивающая психотерапия – ориентируется на изменение поведения; личностно-реконструктивная психотерапия – ориентируется на внутриличностные изменения через осознание внутриспсихических конфликтов [40].

Таким образом, основными задачами психологической помощи при девиантном поведении являются: формирование мотивации на социальную адаптацию; стимулирование личностных изменений; создание благоприятных социально-психологических условий для личностных изменений; коррекция конкретных форм отклоняющегося поведения.

Автор С.Н. Дубинин выделяет следующие «...группы методов коррекции девиантного поведения:

1. Методы разрушения отрицательного типа характера: метод «взрыва» и метод реконструкции характера.

2. Методы перестройки мотивационной сферы и самосознания: объективного переосмысления своих достоинств и недостатков; переориентировки самосознания; переубеждения; прогнозирования отрицательного поведения.

3. Методы перестройки жизненного опыта: предписания; ограничения; переучивания; переключения; регламентации образа жизни.

4. Методы предупреждения отрицательного и стимулирования положительного поведения: поощрения и наказания; соревнования; положительной перспективы» [9, с. 26].

Исследователь А.В. Фокина сформулировала следующие принципы организации психологической помощи подросткам с девиантным поведением:

1. «Ориентация на характеристики нормального онтогенеза и зону ближайшего развития.

2. Постепенное и последовательное расширение возможностей включения подростка в социально приемлемые способы деятельности.

3. Опора на сильные стороны в развитии девиантных подростков (стрессоустойчивость, настойчивость, умение противостоять группе, потребность в контакте с взрослым, неприемлемость предательства, ценность дружбы и соблюдения групповых норм). Успеху психологической работы способствуют также потребность девиантного подростка в знаниях, позитивном авторитете, положительных эмоциях.

4. Учет возможностей ресоциализации девиантного подростка – система социальных и психологических мероприятий, направленных на то, чтобы удержать подростка от дальнейших правонарушений.

5. Учет эгоцентрических компонентов девиантности. Задача психологической помощи – развитие «стереоскопического психологического видения», коррекция образа себя и других, чему способствует развитие рефлексии, навыков совладания с собой, уменьшение остроты внутренних проблем, мотивационные изменения» [43, с.19].

Таким образом, можем заключить, что подростковый период – это сложное время как для самого подростка, так и для окружающих его людей. Девиантные подростки – это самая проблемная категория в образовательном учреждении, а подростки, склонные к отклоняющемуся поведению, входят в «группу риска», которой необходимо оказание различных видов психологической помощи. С данными категориями подростков работает целый ряд специалистов. Это и классные руководители, и социальные педагоги, и медицинские работники, и инспектор по делам несовершеннолетних, и педагоги-психологи. Психологическая помощь подросткам «группы риска» должна основываться как на симптоматическом подходе (т.е. с конкретными симптомами девиаций), так и на профилактическом подходе, предусматривающем снятие причин, факторов и условий, провоцирующих девиантное поведение. В любом случае психологическая помощь подросткам, склонным к девиантному поведению, должна иметь индивидуальный и адресный характер.

Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПОДРОСТКАМ, СКЛОННЫМ К ДЕВИАНТНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

2.1 Организация и методы экспериментального исследования

В экспериментальном исследовании склонности к девиантному поведению принимали участие старшие подростки, обучающиеся в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Лесосибирска» Красноярского края. Диагностика склонности к отклоняющемуся поведению проводилась в 9-х классах. Общее количество респондентов составило 44 человека. Констатирующий эксперимент проводился при непосредственном участии педагога-психолога школы. Организационную помощь при обследовании подростков также оказывали классные руководители.

Для диагностики склонности подростков к отклоняющемуся поведению нами использовались следующие методики: «Тест СДП (склонность к девиантному поведению)» авторов Э.В. Леуса и А.Г. Соловьева; «Тест на зависимость (аддикцию)» Г.В. Лозовой. Приведем описание указанных диагностических методик.

«Тест СДП (склонность к девиантному поведению)» – это методика для диагностики девиантного поведения у несовершеннолетних. Данная методика является надежным диагностическим инструментом, прошедшим процедуру адаптации и стандартизации. Тест склонности к девиантному поведению предназначен для измерения «...степени выраженности дезадаптации у подростков с разными видами девиантного поведения» [16]. По мнению авторов теста, степень социально-психологической дезадаптации позволяет диагностировать наличие и степень выраженности девиаций у подростков. Исходя из данной позиции, Э.В. Леус, А.Г. Соловьев определили степень выраженности конкретных видов девиантного поведения у подростков следующим образом: отсутствие признаков социально-

психологической дезадаптации, легкая степень социально-психологической дезадаптации, высокая степень социально-психологической дезадаптации.

При разработке теста авторы учитывали такие поведенческие девиации как: суицидальное, агрессивное, делинквентное поведение, которые во многом определяют поведение и образ жизни подростков.

Тест-опросник СДП состоит из 75 прямых и проективных вопросов, которые сгруппированы по пяти блокам – шкалам:

- социально обусловленное поведение (СОП),
- делинквентное (противоправное) поведение (ДП),
- аддиктивное (зависимое) поведение (ЗП),
- агрессивное (АП) поведение,
- самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение (СП).

I шкала определяет предрасположенность подростков к социально обусловленному поведению (СОП) – просоциальному, относительно-деструктивному и адаптированному к нормам референтной для подростка группы, возможно антисоциальной или девиантной направленности. Средние значения по шкале СОП соответствуют возрастной норме. Низкие значения свидетельствуют о неадаптированности подростка, его изоляции, замкнутости, скрытности. Высокие значения по данной шкале являются показателем высокой адаптированности подростка в группе, но одновременно могут быть и показателем проявления зависимости от сверстников.

II шкала «Делинквентное поведение» (ДП) позволяет выявить антисоциальное поведение, которое противоречит правовым нормам, несет угрозу благополучию окружающих, включает действия или бездействия, запрещенные законодательством РФ: административные правонарушения; («...нарушение правил дорожного движения, мелкое хулиганство, сквернословие, нецензурная брань в общественных местах, оскорбительное приставание к гражданам, распитие спиртных напитков и появление в пьяном виде в общественных местах»); дисциплинарные проступки

(«прогулы без уважительных причин занятий, появление в учебном заведении или в общественных местах в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, распитие спиртных напитков, употребление наркотических или токсических средств по месту учебы и в учебное время, нарушение правил безопасности»); преступления («кражи, причинение вреда здоровью, угоны транспорта, вандализм, терроризм и другие поступки, за которые предусматриваются меры уголовной ответственности с 16 лет, а за некоторые преступления с 14 лет»).

III шкала «Зависимое (аддиктивное) поведение» (ЗП) позволяет диагностировать злоупотребление подростками различными веществами, склонность к химическим, промежуточным и нехимическим зависимостям.

IV шкала «Агрессивное поведение» (АП) оценивает проявления вербальной и физической агрессии, выражающейся в негативизме, враждебности, дерзости, мстительности. По мнению авторов теста, агрессивное поведение подростков может проявляться в следующих формах: «физическая, словесная, косвенная агрессия; раздражение, обидчивость, подозрительность, негативизм. Физическая и словесная агрессия имеют внешнее выражение, тогда как другие её формы имеют довольно скрытый характер: вандализм, наблюдения за издевательствами, порча имущества и одежды, раздражение и вечное недовольство, обида и чувство вины, чрезмерная подозрительность, нападки с критикой в адрес другого человека».

V шкала «Самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение» (СП) позволяет диагностировать стремление подростка причинить себе боль и/или физический вред, суицидальные попытки.

В ходе обследования подростку предлагается оценить свое отношение по каждому вопросу теста, выбрав один из вариантов ответа («да», «иногда», «нет»), который ему наиболее свойственен в настоящее время. Ответ «да» оценивается в 2 балла, «иногда» – 1 балл, «нет» – 0 баллов. Максимально по каждой шкале испытуемый может получить 30 баллов. Чем больше

суммарная балльная оценка по шкале, тем более выражена социально-психологическая дезадаптация: 0 – 10 баллов – отсутствие признаков социально-психологической дезадаптации, 11 – 20 баллов – легкая степень социально-психологической дезадаптации, 21 – 30 баллов – выраженная социально-психологическая дезадаптация.

Данная методика не требует большого количества времени для выполнения, (что важно при диагностическом обследовании подростков), позволяет не только выявить склонность к девиантному поведению в подростковом возрасте, но и дифференцировать его по видам проявления.

«Тест на зависимость (аддикцию)», разработан в Национальном государственном университете физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта автором Г.В. Лозовой. Данный тест-опросник позволяет выявить общую склонность к следующим видам зависимостей: «алкогольная, интернет и компьютерная зависимость; любовная; наркотическая; игровая; никотиновая; пищевая; зависимость от межполовых отношений; трудоголизм; телевизионная; религиозная; зависимость от здорового образа жизни; лекарственная; общая склонность к зависимостям».

Тестовый материал содержит 70 вопросов-утверждений. Испытуемому предлагается, прочитав утверждение, выбрать один из вариантов ответа, выражающего степень согласия с ним: «нет», «скорее нет», «ни да, ни нет», «скорее да», «да».

По мнению автора методики Г.В. Лозовой, зависимое (аддиктивное) поведение проявляется в устойчивом стремлении человека к изменению своего психофизического состояния, что обеспечивает ему мнимую безопасность и эмоциональный комфорт. Как отмечает автор, зависимое поведение «...представляет собой непрерывный процесс формирования и развития аддикции. Зависимость нередко имеет вполне безобидное начало, индивидуальное течение с усилением зависимости и исход. Длительность и характер протекания стадий аддикции зависят от особенностей объекта и

индивидуальных особенностей аддикта: возраста, социальных связей, интеллекта, способности к сублимации» [17].

Данная методика позволяет диагностировать следующие степени склонности к аддикции: 5-11 баллов – низкая степень склонности к зависимости; 12-18 баллов – средняя степень склонности к зависимости; 19-25 баллов – высокая степень склонности к зависимости.

Кроме «сырых» баллов вычисляется процентная выраженность тестового показателя: 0 % – склонность к зависимому поведению отсутствует; 1-20 % – низкий тестовый показатель; 21-40 % – пониженный тестовый показатель; 41-60 % – средний тестовый показатель; 61-80 % – повышенный тестовый показатель; 81-100 % – высокий тестовый показатель.

По вышеописанным методикам было проведено диагностическое обследование старших подростков. Рассмотрим результаты диагностики.

2.2 Анализ результатов диагностики подростков

Результаты диагностического обследования подростков по методике «Тест СДП (склонность к девиантному поведению)» авторов Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты диагностики подростков по «Тесту СДП»

№ п/п	Испытуемые	Шкалы (баллы)				
		СОП	ДП	ЗП	АП	СП
1.	Полина И.	15	6	6	3	18
2.	Дарья П.	12	5	3	2	9
3.	Елена З.	15	6	6	3	4
4.	В.С.	13	6	6	6	11
5.	Лана К.	21	9	9	7	16
6.	Дмитрий К.	23	14	6	13	17
7.	Денис К.	18	10	6	9	9
8.	Маргарита З.	20	9	4	10	11
9.	Р.Б.	18	11	6	12	16
10.	Перфирьева Н.	20	12	2	13	10
11.	А.Я.	20	7	8	6	15
12.	Руслан А.	12	5	3	2	5
13.	Даниил Ф.	15	4	6	4	6
14.	Кристина И.	17	5	3	5	8
15.	Моника	19	17	20	15	17

№ п/п	Испытуемые	Шкалы				
		СОП	ДП	ЗП	АП	СП
16.	Виталий Р.	17	10	6	0	1
17.	Мадина Ш.	15	11	12	9	13
18.	Анастасия К.	18	10	8	6	11
19.	Арина	14	12	3	10	16
20.	Алина Х.	14	5	4	5	5
21.	Аня	19	7	8	2	9
22.	Артём М.	21	16	11	16	19
23.	Власов А.	19	23	10	17	18
24.	Слава Ю.	19	10	4	12	16
25.	Алия С.	22	8	3	6	8
26.	Саша	27	8	6	14	18
27.	Максим С.	23	16	3	19	13
28.	Глеб К.	23	8	5	8	12
29.	Виктория С.	19	12	5	10	14
30.	Данил Р.	14	9	5	5	10
31.	Евгений В.	19	10	4	3	1
32.	Ольга К.	21	9	12	13	27
33.	Алина Р.	21	4	3	7	6
34.	Алина Г.	20	10	3	8	14
35.	Андрей	15	5	3	3	7
36.	Лида Ф.	19	7	0	3	6
37.	Виктор К.	16	8	8	7	17
38.	Мария С.	18	6	5	5	8
39.	Дарья С.	23	18	18	25	21
40.	Максим С.2	25	17	8	24	26
41.	Настя Я.	19	11	7	5	11
42.	Юрий Э.	21	16	9	14	21
43.	Иван В.	20	9	6	6	4
44.	Татьяна П.	20	7	7	4	12

Условные обозначения: СОП – шкала «Социально обусловленное поведение»; ДП – шкала «Делинквентное (противоправное) поведение»; ЗП – шкала «Аддиктивное (зависимое) поведение»; АП – шкала «Агрессивное поведение»; СП – шкала «Самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение».

Рассмотрим диагностические показатели подростков по шкале «Социально обусловленное поведение». В ходе диагностики выявлено, что для 12 подростков (Лана К., Дмитрий К., Артем М., Алия С., Саша, Максим С., Глеб К., Ольга К., Алина Р., Дарья С., Максим С.2, Юрий Э.) характерна выраженная социально-психологическая дезадаптация, что позволяет предположить нарушение способности приспосабливаться к воздействиям социума. У данных подростков сформирована модель социально

обусловленного поведения, что может свидетельствовать о тесном слиянии подростка со значимой для него группой, которое может привести к зависимости от других людей.

Для остальных 32 подростков (Полина И., Дарья П., Елена З., В.С., Денис К., Маргарита З., Р.Б., Перфирьева Н., А.Я., Руслан А., Даниил Ф., Кристина И., Моника, Виталий Р., Мадина Ш., Анастасия К., Арина, Алина Х., Аня, Власов А., Слава Ю., Виктория С., Данил Р., Евгений В., Алина Г., Андрей, Лида Ф., Виктор К., Мария С., Настя Я., Иван В., Татьяна П.) свойственна ориентация на социально обусловленное поведение, подростковая реакция группирования, что является нормой для данного возрастного периода, т.к. для подростков характерна потребность в принадлежности к группе.

Анализируя показатели, полученные по шкале «Делинквентное (противоправное) поведение», можем отметить, что у одного подростка (Власов А.) сформирована модель делинквентного поведения. Он может быть склонен к совершению дисциплинарных проступков, прогулам учебных занятий без уважительных причин, мелкому хулиганству, сквернословию.

У 13 подростков (Дмитрий К., Р.Б., Перфирьева Н., Моника, Арина, Артем М., Мадина Ш., Максим С., Дарья С., Максим С.2, Юрий Э., Настя Я., Виктория С.) обнаружена ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению, т.е. под влиянием определенных обстоятельств они могут совершить дисциплинарные проступки и административные правонарушения.

У большинства (30 чел.) обследованных подростков (Полина И., В.С., Лана К., Дарья П., Елена З., Денис К., Маргарита З., А.Я., Руслан А., Аня, Даниил Ф., Кристина И., Виталий Р., Анастасия К., Алина Х., Слава Ю., Алия С., Саша, Глеб К., Данил Р., Евгений В., Ольга К., Алина Р., Алина Г., Андрей, Лида Ф., Виктор К., Мария С., Иван В., Татьяна П.) признаки склонности к проявлению делинквентного поведения не выявлены.

Исходя из показателей по шкале «Зависимое поведение», можем сделать вывод, что ни у одного подростка не сформирована модель зависимого поведения. Но для 5 подростков (Моника, Мадина Ш., Артем М., Ольга К., Дарья С.) свойственна ситуативная предрасположенность к зависимому поведению.

У остальных 39 испытуемых (Полина И., Дарья П., Елена З., В.С., Лана К., Дмитрий К., Денис К., Маргарита З., Перфирьева Н., Р.Б., А.Я., Руслан А., Даниил Ф., Кристина И., Виталий Р., Анастасия К., Арина, Алина Х., Аня, Власов А., Слава Ю., Алия С., Саша, Максим С., Глеб К., Виктория С., Данил Р., Евгений В., Алина Р., Татьяна П., Андрей, Лида Ф., Виктор К., Мария С., Настя Я., Юрий Э., Иван В., Алина Г.) признаки зависимого поведения отсутствуют.

Анализируя показатели, полученные по шкале «Агрессивное поведение», можем отметить, у 2 подростков (Дарья С., Максим С.) сформирована модель агрессивного поведения, т.е. эти ребята могут проявлять вербальную или физическую агрессию по отношению к окружающим, враждебность, негативизм, дерзость.

У 11 подростков (Дмитрий К., Р.Б., Перфирьева Н., Моника, Артем М., Власов А., Слава Ю., Саша, Максим С.2, Ольга К., Юрий Э.) диагностирована ситуативная предрасположенность к агрессивному поведению. Т.е. в определенных ситуациях, когда они противостоят взрослым, с их стороны может проявляться раздражение, обида, подозрительность, враждебность, нападки с обвинениями и критикой в адрес других. Нужно помнить, что данные проявления в целом свойственны подростковому возрасту в силу отстаивания подростком своей свободы и «самости».

У остальных 31 подростков (Полина И., Дарья П., Елена З., В.С., Лана К., Денис К., Маргарита З., А.Я., Руслан А., Даниил Ф., Кристина И., Виталий Р., Аня, Мадина Ш., Анастасия К., Арина, Алина Х., Алия С., Глеб К., Виктория С., Данил Р., Евгений В., Алина Р., Алина Г., Андрей, Лида Ф.,

Виктор К., Мария С., Настя Я., Иван В., Татьяна П.) признаки агрессивного поведения отсутствуют.

Исходя из диагностических показателей по шкале «Самоповреждающее поведение», можем отметить следующее. У 4 подростков (Ольга К., Дарья С., Максим С., Юрий Э.) сформирована модель аутоагрессивного поведения. Эти ребята являются «группой риска», требуют внимания к своим внутренним переживаниям со стороны психолога, педагогов и родителей, т.к. в силу своих возрастных особенностей (эмоциональной неустойчивости, низкой устойчивости к стрессу, эмоциональной чувствительности и др.) могут причинить себе вред, чтобы снять чувство напряжения, тревоги, депрессии; демонстрировать парасуицидальное поведение и суицидальные попытки.

Для 22 подростков (Полина И., В.С., Лана К., Дмитрий К., Моника, Маргарита З., Р.Б., Перфирьева Н., Мадина Ш., Анастасия К., Арина, Саша, Артем М., Власов А., Слава Ю., Максим С., Глеб К., Виктория С., Алина Г., Виктор К., Настя Я., Татьяна П.) характерна ситуативная предрасположенность к самоповреждающему поведению. С этими ребятами необходимо проведение превентивной работы. В случае несформированности моделей совладания с трудными ситуациями и проблемами эти подростки могут попасть в «группу риска».

У 18 испытуемых (Дарья П., Елена З., Денис К., Перфирьева Н., Руслан А., Аня, Алия С., Даниил Ф., Кристина И., Виталий Р., Алина Х., Евгений В., Иван, Алина Р., Андрей, Лида Ф., Мария С.) признаки самоповреждающего поведения не выявлены.

Степень выраженности склонности к социально-одобряемому, делинквентному, аддиктивному, агрессивному и самоповреждающему поведению в группе обследованных подростков отражена на рисунке 1.

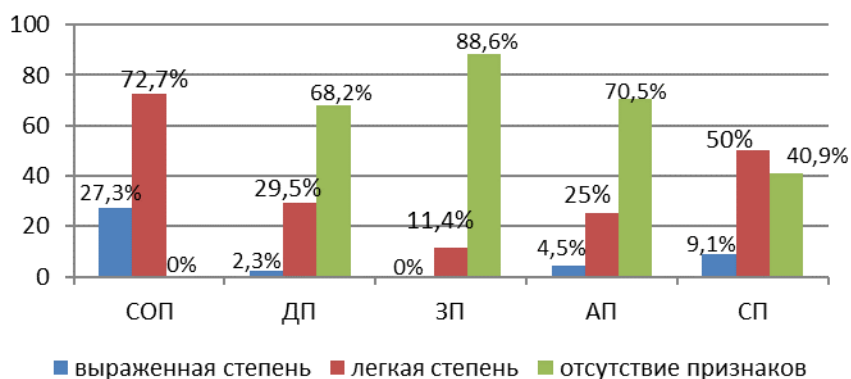


Рисунок 1 – Выраженность склонности к девиантному поведению у подростков по «Тесту СДП»

Условные обозначения: СОП – шкала «Социально обусловленное поведение»; ДП – шкала «Делинквентное (противоправное) поведение»; ЗП – шкала «Аддиктивное (зависимое) поведение»; АП – шкала «Агрессивное поведение»; СП – шкала «Самоповреждающее (аутоагрессивное) поведение».

Обобщая диагностические результаты по «Тесту СДП», мы можем сделать следующие выводы. У 27,3 % подростков сформирована модель социально обусловленного поведения; что может свидетельствовать о слишком тесном слиянии с референтной группой, и может привести к зависимости от других людей. 72,7 % испытуемых ориентированы на социально обусловленное поведение, что, в принципе, является нормой для подросткового возраста. Для 2,3 % подростков свойственна склонность к делинквентному поведению; у 29,5 % респондентов диагностирована ситуативная предрасположенность к противоправному поведению; у 68,2 % подростков склонность к делинквентному поведению не выявлена. Для 11,4 % респондентов характерна ситуативная предрасположенность к зависимому поведению, у 88,6 % подростков признаки зависимого поведения отсутствуют. У 4,5 % испытуемых сформирована модель агрессивного поведения; для 25 % респондентов характерна ситуативная предрасположенность к агрессивному поведению; у 70,5 % подростков склонность к агрессивному поведению не выявлена. У 9,1 % респондентов диагностирована склонность к самоповреждающему поведению; 50 % подростков характеризуются ситуативной предрасположенностью к

аутоагрессивному поведению; у 40,9 % испытуемых признаки самоповреждающего поведения не выявлены.

Рассмотрим результаты диагностического обследования подростков по методике «Тест на зависимость (аддикцию)» автора Г.В. Лозовой, которые представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты диагностики подростков по «Тесту на зависимость»

№ п/п	Испытуемые	Виды аддикций (баллы)													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Даниил Ф.	5	13	14	5	15	10	9	12	10	9	5	12	5	12
2.	А.Я.	5	18	16	10	10	12	15	12	13	13	5	17	5	16
3.	Перфирьева Н.	5	5	15	25	17	7	8	6	9	25	5	5	5	16
4.	Маргарита З.	12	8	16	13	12	10	6	17	14	20	5	16	9	12
5.	Денис К.	5	16	14	13	14	11	5	13	14	12	5	13	5	18
6.	Дмитрий К.	6	5	14	16	17	17	5	10	7	15	8	7	5	13
7.	Елена З.	5	16	17	5	5	7	5	8	9	9	10	13	5	8
8.	Дарья П.	5	8	10	5	5	13	5	13	5	12	5	9	9	11
9.	Полина И.	11	11	15	13	10	14	5	7	11	7	9	11	16	13
10.	Лана К.	8	5	12	11	5	12	5	11	5	22	5	13	8	10
11.	Р.Б.	5	13	17	7	8	12	6	14	10	11	5	18	5	8
12.	В.С.	5	5	12	5	12	16	5	11	12	7	5	16	5	13
13.	Руслан А.	6	10	15	9	8	14	6	9	8	5	5	9	5	14
14.	Кристина И.	5	11	13	5	7	10	15	11	7	5	5	10	7	17
15.	Моника	23	8	12	8	16	11	9	9	13	18	18	11	14	17
16.	Виталий Р.	5	12	18	15	5	12	13	11	8	5	5	17	5	8
17.	Мадина Ш.	15	10	13	7	10	13	8	13	15	19	19	15	5	19
18.	Анастасия К.	5	14	18	7	7	14	5	12	8	5	5	10	7	16
19.	Арина	16	14	9	16	17	18	18	17	17	15	15	10	19	12
20.	Алина Х.	5	22	10	7	8	12	6	8	7	5	5	4	5	16
21.	Аня	12	14	10	7	8	12	14	14	11	5	5	18	9	12
22.	Артём М.	5	11	7	9	12	11	8	10	16	5	5	4	5	16
23.	Власов А.	15	5	14	14	14	13	5	9	17	8	8	6	9	16
24.	Слава Ю.	5	14	7	11	7	15	9	9	13	5	5	14	5	9
25.	Алия С.	5	11	9	6	5	16	7	12	10	5	5	3	5	15
26.	Саша	12	11	17	9	16	15	13	12	11	10	10	15	10	17
27.	Максим С.	8	5	17	22	12	8	5	12	24	5	5	12	5	16
28.	Глеб К.	6	7	11	13	18	10	5	12	9	5	5	11	5	12
29.	Виктория С.	6	11	13	8	5	13	7	16	13	5	5	15	5	15
30.	Данил Р.	5	17	7	12	11	15	13	16	10	13	5	5	8	17
31.	Евгений В.	7	13	16	7	11	7	11	8	9	10	5	18	5	13
32.	Ольга К.	5	17	10	5	11	16	5	6	16	12	5	13	5	16
33.	Алина Р.	7	18	9	18	15	18	18	16	10	12	5	7	5	18
34.	Алина Г.	9	13	11	7	5	15	15	11	7	7	5	16	5	16
35.	Андрей	5	14	17	9	5	15	17	11	14	8	5	9	5	14
36.	Лида Ф.	5	5	16	5	5	11	9	15	12	8	5	18	5	15
37.	Виктор К.	5	10	9	10	6	9	12	10	9	13	5	7	5	11
38.	Мария С.	5	15	13	5	10	15	17	13	5	9	5	10	8	14

№ п/п	Испытуемые	Виды аддикций (баллы)													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
39.	Дарья С.	7	17	14	13	9	9	7	7	18	18	14	5	10	13
40.	Максим С.2	5	9	9	21	5	11	5	5	13	15	5	6	5	21
41.	Настя Я.	13	17	14	7	7	10	5	10	9	10	5	10	5	11
42.	Юрий Э.	11	13	14	5	14	13	11	13	13	12	10	14	9	14
43.	Иван В.	8	13	16	13	15	12	12	13	10	14	5	10	5	15
44.	Татьяна П.	8	20	12	9	5	14	5	11	7	9	5	16	7	14

Условные обозначения: 1 – зависимость от алкоголя; 2 – телевизионная зависимость; 3 – любовная зависимость; 4 – игровая зависимость; 5 – зависимость от межполовых отношений; 6 – пищевая зависимость; 7 – религиозная зависимость; 8 – трудовая зависимость; 9 – лекарственная зависимость; 10 – зависимость от социальных сетей; 11 – зависимость от курения; 12 – зависимость от здорового образа жизни; 13 – наркотическая зависимость; 14 – общая склонность к зависимости.

Исходя из показателей испытуемых по шкале «Зависимость от алкоголя», можем отметить, что у 22 подростков (Даниил Ф., А.Я., Перфирьева Н., Денис К., Елена З., Дарья П., Р.Б., В.С., Кристина И., Виталий Р., Анастасия К., Алина Х., Артём М., Слава Ю., Алия С., Данил Р., Ольга К., Андрей, Лида Ф., Виктор К., Мария С., Максим С.) склонность к алкогольной зависимости отсутствует. У 14 испытуемых (Дмитрий К., Полина И., Лана К., Руслан А., Максим С.2, Глеб К., Виктория С., Иван В., Евгений В., Алина Р., Алина Г., Дарья С., Юрий Э., Татьяна П.) диагностирована низкая степень склонности к алкогольной зависимости. Для 7 респондентов (Маргарита З., Мадина Ш., Арина, Аня, Власов А., Саша, Настя Я.) характерна средняя степень склонности к алкогольной зависимости. У одного респондента (Моника) выявлена высокая степень склонности к зависимости от алкоголя. Вероятно, девушка считает употребление спиртных напитков нормальным явлением и, возможно, имеет опыт их употребления.

Склонность к телевизионной зависимости отсутствует у 7 респондентов (Перфирьева Н., Дмитрий К., Лана К., В.С., Власов А., Максим С., Лида Ф.). У 14 испытуемых (Маргарита З., Дарья П., Полина И., Руслан А., Кристина И., Моника, Мадина Ш., Артём М., Алия С., Саша, Глеб К., Виктория С., Виктор К., Максим С.2) выявлена низкая степень

телевизионной зависимости; для 20 подростков (Даниил Ф., А.Я., Денис К., Елена З., Р.Б., Виталий Р., Анастасия К., Арина, Аня, Слава Ю., Евгений В., Ольга К., Алина Р., Алина Г., Андрей, Мария С., Дарья С., Настя Я., Юрий Э., Иван В.) характерна средняя степень телевизионной зависимости. У 3 подростков (Алина Х., Данил Р., Татьяна П.) обнаружена высокая степень склонности к телевизионной зависимости. Можем предположить, что эти ребята слишком много времени проводят перед телевизором, иногда даже в то время, когда заняты чем-то другим, телевизор продолжает работать.

Для 14 подростков (Дарья П., Виктор К., Максим С., Арина, Алина Х., Артём М., Аня, Слава Ю., Алия С., Глеб К., Данил Р., Ольга К., Алина Р., Алина Г.) свойственна низкая степень склонности к любовной зависимости. У 30 подростков (Даниил Ф., А.Я., Лана К., Р.Б., Виталий Р., Анастасия К., Власов А., Саша, Максим С.2, Виктория С., Евгений В., Лида Ф., Дарья С., Юрий Э., Иван В., Денис К., Перфирьева Н., Маргарита З., Дмитрий К., Елена З., Полина И., В.С., Моника, Руслан А., Кристина И., Мадина Ш., Андрей, Мария С., Настя Я., Татьяна П.) выявлена средняя степень склонности к данной аддикции. На наш взгляд, это можно объяснить возрастными особенностями подростков, именно в этот период они начинают проявлять активный интерес к противоположному полу, пытаются строить отношения «как взрослые», испытывают чувство влюбленности, которое порой затмевает все остальное в жизни подростка.

Склонность к игровой зависимости не характерна для 9 испытуемых (Даниил Ф., Елена З., Дарья П., В.С., Кристина И., Ольга К., Мария С., Юрий Э., Лида Ф.). У 20 подростков (А.Я., Лана К., Р.Б., Руслан А., Моника, Мадина Ш., Анастасия К., Алина Х., Аня, Артём М., Слава Ю., Алия С., Саша, Виктория С., Евгений В., Алина Г., Андрей, Виктор К., Настя Я., Татьяна П.) выявлена низкая степень склонности к игровой зависимости. Для 15 респондентов (Маргарита З., Денис К., Дмитрий К., Полина И., Виталий Р., Арина, Власов А., Глеб К., Данил Р., Алина Р., Дарья С., Иван В.)

характерна средняя степень склонности к игровой зависимости. У 3 подростков (Перфирьева Н., Максим С., Максим С.2) выявлена высокая степень склонности к игровой зависимости. Вероятно, эти подростки проводят очень много времени за компьютерными играми; испытывают чувство напряжения, раздражения, дискомфорта, когда возникает необходимость прекратить игру; преобладание у этих подростков игровой мотивации и игнорирование других интересов и ценностей может привести к игровой зависимости.

Исходя из показателей по шкале «Зависимость от межполовых отношений», можем отметить, что у 10 респондентов (Елена З., Дарья П., Лана К., Виталий Р., Виктория С., Алина Г., Андрей, Лида Ф., Максим С., Татьяна П.) склонность к сексуальной зависимости отсутствует. Для 17 испытуемых (А.Я., Полина И., Р.Б., Руслан А., Кристина И., Алина Х., Аня, Слава Ю., Мадина Ш., Анастасия К., Данил Р., Евгений В., Ольга К., Виктор К., Мария С., Дарья С., Настя Я.) свойственна низкая степень склонности к зависимости от межполовых отношений. У 17 подростков (Даниил Ф., Перфирьева Н., Маргарита З., Денис К., Дмитрий К., В.С., Моника, Арина, Артём М., Власов А., Алия С., Саша, Максим С.2, Глеб К., Алина Р., Юрий Э., Иван В.) выявлена средняя степень склонности к сексуальной зависимости. У этих подростков периодически могут возникать сексуальные фантазии (что объясняется физиологическими особенностями полового созревания подростков), но они не носят навязчивый характер.

Склонность к пищевой зависимости отсутствует у 1 подростка (Саша). Низкая степень склонности к пищевой зависимости выявлена у 16 респондентов (Даниил Ф., Денис К., Елена З., Моника, Максим С., Виктор К., Евгений В., Настя Я., Перфирьева Н., Маргарита З., Кристина И., Артём М., Глеб К., Лида Ф., Дарья С., Максим С.2). Для 27 испытуемых (А.Я., Дмитрий К., Дарья П., Полина И., Лана К., Р.Б., В.С., Руслан А., Виталий Р., Мадина Ш., Анастасия К., Арина, Алина Х., Аня, Власов А., Слава Ю., Алия С., Ольга К., Данил Р., Виктория С., Алина Р., Алина Г., Андрей, Мария С.,

Юрий Э., Иван В., Татьяна П.) характерна средняя степень склонности к пищевой зависимости.

В обследуемой группе подростков у 15 испытуемых (Денис К., Дмитрий К., Елена З., Дарья П., Полина И., Лана К., В.С., Анастасия К., Власов А., Максим С., Глеб К., Ольга К., Максим С.2, Настя Я., Татьяна П.) отсутствует склонность к религиозной зависимости. Для 16 респондентов (Даниил Ф., Перфирьева Н., Маргарита З., Р.Б., Руслан А., Моника, Алия С., Мадина Ш., Алина Х., Артём М., Слава Ю., Виктория С., Лида Ф., Дарья С., Евгений В., Юрий Э.) свойственна низкая степень склонности к религиозной зависимости. У 13 подростков (А.Я., Кристина И., Виталий Р., Арина, Аня, Саша, Данил Р., Алина Р., Алина Г., Андрей, Виктор К., Мария С., Иван В.) диагностирована средняя степень склонности к религиозной зависимости. Подростков с выраженной склонностью к религиозной зависимости в ходе обследования не выявлено.

Относительно склонности к трудовой зависимости можем отметить, что у 1 испытуемого (Максим С.) данная склонность вообще отсутствует. Для 22 респондентов (Перфирьева Н., Дмитрий К., Елена З., Полина И., В.С., Лана К., Руслан А., Кристина И., Моника, Виталий Р., Алина Х., Артём М., Власов А., Слава Ю., Евгений В., Ольга К., Алина Г., Андрей, Виктор К., Дарья С., Настя Я., Татьяна П.) характерна низкая степень склонности к трудовой зависимости. У 21 подростка (Даниил Ф., А.Я., Маргарита З., Денис К., Дарья П., Р.Б., Мадина Ш., Анастасия К., Арина, Аня, Алия С., Саша, Максим С.2, Глеб К., Виктория С., Данил Р., Алина Р., Лида Ф., Мария С., Юрий Э., Иван В.) степень склонности к трудовой зависимости средняя.

Склонность к лекарственной зависимости отсутствует у 3 подростков (Дарья П., Лана К., Мария С.). У 23 респондентов (Даниил Ф., Перфирьева Н., Дмитрий К., Елена З., Полина И., Р.Б., Руслан А., Кристина И., Глеб К., Виталий Р., Анастасия К., Алина Х., Аня, Алия С., Саша, Данил Р., Иван В., Евгений В., Алина Р., Алина Г., Виктор К., Настя Я., Татьяна П.) низкая степень и у 18 испытуемых (А.Я., Маргарита З., Денис К., В.С., Моника,

Мадина Ш., Арина, Артём М., Власов А., Слава Ю., Виктория С., Ольга К., Лида Ф., Дарья С., Максим С., Юрий Э., Максим С.2, Андрей) средняя степень склонности к лекарственной зависимости.

Склонность к зависимости от социальных сетей отсутствует у 12 подростков (Руслан А., Кристина И., Виталий Р., Анастасия К., Алина Х., Аня, Артём М., Слава Ю., Алия С., Максим С., Глеб К., Виктория С.). У 14 респондентов (Даниил Ф., Елена З., Полина И., Р.Б., В.С., Власов А., Саша, Евгений В., Алина Г., Андрей, Лида Ф., Мария С., Настя Я., Татьяна П.) выявлена низкая степень склонности к зависимости от социальных сетей. Для такого же количества испытуемых (А.Я., Денис К., Дмитрий К., Арина, Дарья П., Моника, Данил Р., Ольга К., Алина Р., Виктор К., Дарья С., Иван В., Максим С.2, Юрий Э.) характерна средняя степень склонности к зависимости от социальных сетей. У 4 подростков (Перфирьева Н., Маргарита З., Лана К., Мадина Ш.) характерна высокая степень склонности к зависимости от социальных сетей. Вероятно, эти девушки очень много времени тратят на виртуальное общение, игнорируя общение с реальными живыми людьми.

Зависимость от курения отсутствует у 34 подростков (Даниил Ф., А.Я., Перфирьева Н., Маргарита З., Денис К., Дарья П., Лана К., Р.Б., В.С., Руслан А., Кристина И., Виталий Р., Анастасия К., Алина Х., Аня, Артём М., Слава Ю., Алия С., Максим С., Глеб К., Виктория С., Данил Р., Евгений В., Ольга К., Алина Р., Алина Г., Андрей, Лида Ф., Виктор К., Мария С., Максим С.2, Настя Я., Иван В., Татьяна П.). Низкая степень склонности к табачной зависимости выявлена у 6 человек (Дмитрий К., Елена З., Полина И., Саша, Власов А., Юрий Э.). Средняя степень склонности к зависимости от курения характерна для 3 испытуемых (Моника, Арина, Дарья С.). У 1 подростка (Мадина Ш.) выявлена высокая степень склонности к зависимости от курения. Вероятнее всего, девушка периодически курит; при увеличении потребления табака курение может приобрести навязчивый характер, нанести огромный вред здоровью и стать табачной аддикцией.

Зависимость от здорового образа жизни отсутствует у 3 респондентов (Перфирьева Н., Данил Р., Дарья С., Алина Х., Артём М., Алия С.). Для 17 испытуемых (Дмитрий К., Дарья П., Полина И., Моника, Анастасия К., Арина, Власов А., Глеб К., Виктор К., Мария С., Максим С., Настя Я., Руслан А., Кристина И., Алина Р., Андрей, Иван В.) характерна низкая степень склонности к данной аддикции. У 21 подростка (А.Я., Елена З., Лана К., Р.Б., В.С., Виталий Р., Мадина Ш., Аня, Слава Ю., Саша, Максим С.2, Виктория С., Евгений В., Ольга К., Алина Г., Лида Ф., Юрий Э., Даниил Ф., Маргарита З., Денис К., Татьяна П.) диагностирована средняя степень склонности к зависимости от здорового образа жизни.

Склонность к наркотической зависимости отсутствует у 28 из всех обследованных подростков (Даниил Ф., А.Я., Перфирьева Н., Денис К., Дмитрий К., Елена З., Р.Б., Руслан А., Виталий Р., Мадина Ш., Алина Х., Артём М., В.С., Слава Ю., Алия С., Максим С., Глеб К., Виктория С., Евгений В., Ольга К., Алина Р., Алина Г., Андрей, Лида Ф., Виктор К., Максим С.2, Настя Я., Иван В.). У 13 респондентов (Маргарита З., Дарья П., Лана К., Кристина И., Анастасия К., Власов А., Саша, Данил Р., Мария С., Аня, Дарья С., Юрий Э., Татьяна П.) выявлена низкая степень и 3 подростков (Полина И., Моника, Арина) средняя степень склонности к наркотической зависимости.

Таким образом, проанализировав диагностические показатели по шкалам, мы можем отметить, что у 8 респондентов (Елена З., Дарья П., Р.Б., Лана К., Виталий Р., Слава Ю., Виктор К., Настя Я.) выявлена низкая степень общей склонности к аддикции. Для 36 испытуемых (Даниил Ф., А.Я., Перфирьева Н., Маргарита З., Денис К., Дмитрий К., Полина И., Руслан А., Кристина И., В.С., Моника, Анастасия К., Арина, Алина Х., Аня, Артём М., Власов А., Алия С., Саша, Максим С., Глеб К., Виктория С., Данил Р., Евгений В., Ольга К., Алина Р., Алина Г., Андрей, Лида Ф., Мария С., Дарья С., Юрий Э., Иван В., Татьяна П., Мадина Ш., Максим С.2)

свойственна средняя степень общей склонности к зависимости. Высокая степень общей склонности к зависимости среди подростков не выявлена.

Степень выраженности склонности подростков к зависимостям представлена на рисунке 2.

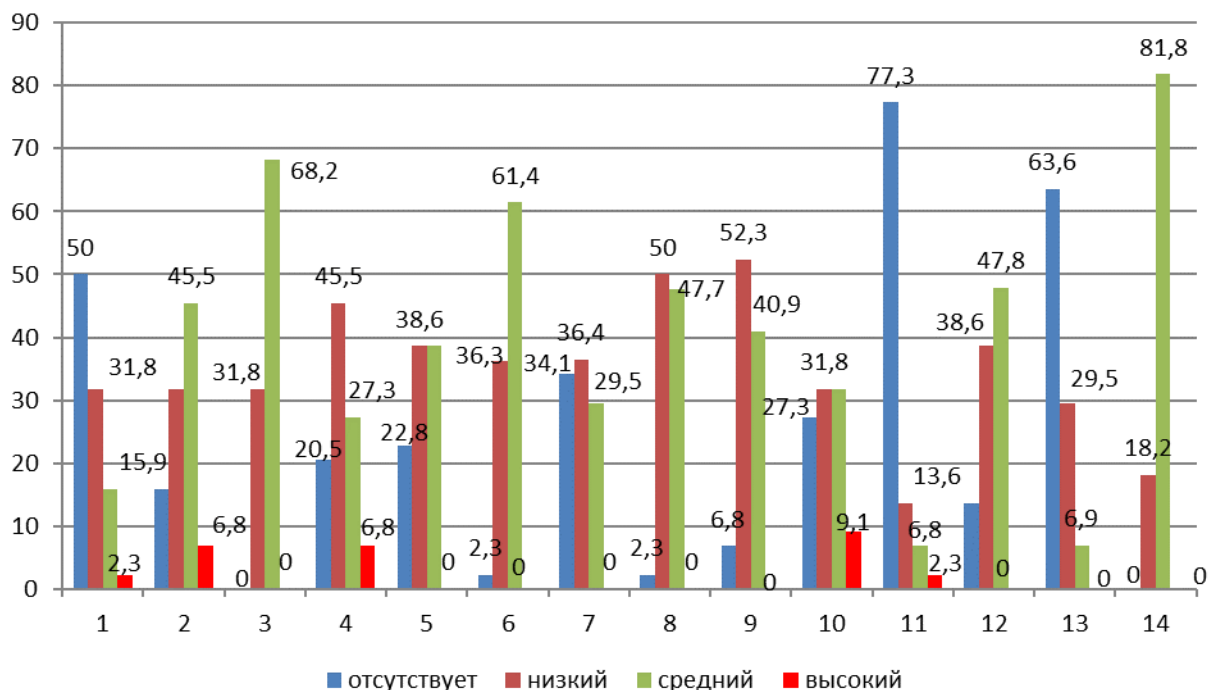


Рисунок 2 – Уровни выраженности склонности к аддикциям у подростков (%)

Условные обозначения: виды аддикций: 1 – зависимость от алкоголя; 2 – телевизионная зависимость; 3 – любовная зависимость; 4 – игровая зависимость; 5 – зависимость от межполовых отношений; 6 – пищевая зависимость; 7 – религиозная зависимость; 8 – трудовая зависимость; 9 – лекарственная зависимость; 10 – зависимость от социальных сетей; 11 – зависимость от курения; 12 – зависимость от здорового образа жизни; 13 – наркотическая зависимость; 14 – общая склонность к зависимости.

Обобщая диагностические результаты подростков по «Тесту на зависимость (аддикцию)», можем отметить следующее. У 50 % обследованных подростков отсутствует склонность к зависимости от алкоголя; для 31,8 % респондентов характерна низкая степень и для 15,9 % испытуемых средняя степень склонности к алкогольной зависимости. У 2,3 % подростков выявлена высокая степень склонности к зависимости от алкоголя.

Относительно склонности к телевизионной зависимости можем отметить, что у 15,9 % респондентов она отсутствует. У 31,8 % испытуемых диагностирована низкая степень и у 45,5 % респондентов средняя степень склонности к телевизионной зависимости. Для 6,8 % подростков характерна высокая степень склонности к телевизионной зависимости.

Склонность к любовной зависимости в низкой степени выявлена у 31,8 % респондентов. Для 68,2 % испытуемых свойственна средняя степень склонности к любовной зависимости. Подростков с высокой степенью склонности к любовной зависимости не выявлено.

Для 20,5 % испытуемых не характерна склонность к игровой зависимости. У 45,5 % подростков выявлена низкая степень и у 27,3 % респондентов средняя степень склонности к игровой зависимости. 6,8 % подростков характеризуются высокой степенью склонности к игровой зависимости.

Зависимость от межполовых отношений отсутствует у 22,8 % подростков. 38,6 % испытуемых характеризуются низкой степенью и 38,6 % респондентов средней степенью склонности к сексуальной зависимости. Подростков с высокой степенью склонности к зависимости от межполовых отношений не выявлено.

Относительно склонности к пищевой зависимости можем сделать вывод, что у 2,3 % испытуемых данный тип зависимости отсутствует, у 36,3 % ребят диагностирована низкая степень и у 61,4 % средняя степень склонности к пищевой зависимости. Испытуемых с высокой степенью склонности к пищевой зависимости среди подростков не выявлено.

Религиозная зависимость не диагностирована у 34,1 % респондентов. Для 36,4 % подростков характерна низкая степень и для 29,5 % средняя степень склонности к религиозной зависимости. Подростков с высокой степенью склонности к религиозной зависимости в данной экспериментальной группе не выявлено.

Среди обследованных подростков не выявлено испытуемых с высокой склонностью к трудовой зависимости. У 50 % респондентов обнаружена низкая степень и у 47,7 % респондентов средняя степень склонности к трудовой зависимости. У 2,3 % испытуемых склонность к данному типу зависимости отсутствует.

Для 52,3 % подростков свойственна низкая степень и для 40,9 % респондентов средняя степень склонности к лекарственной зависимости. Для 6,8 % подростков склонность к лекарственной зависимости не характерна.

Высокая степень склонности к зависимости от социальных сетей выявлена у 9,1 % респондентов. У 27,3 % ребят склонность к данному типу зависимости отсутствует. 31,8 % подростков характеризуются низкой степенью и 31,8 % подростков средней степенью склонности к зависимости от социальных сетей.

Можем также отметить, что для 77,3 % респондентов не характерна склонность к зависимости от курения. У 13,6 % подростков выявлена низкая степень и у 6,8 % ребят средняя степень склонности к зависимости от курения. Высокая степень склонности к зависимости от курения обнаружена у 2,3 % подростков.

Для 38,6 % подростков свойственна низкая степень и для 47,8 % ребят средняя степень склонности к зависимости от здорового образа жизни. У 13,6 % испытуемых склонность к зависимости от здорового образа жизни не диагностирована.

Относительно склонности к наркотической зависимости можем отметить, что у большинства (63,6 %) подростков она не выявлена. У 29,5 % ребят обнаружена низкая степень и у 6,9 % респондентов средняя степень склонности к наркотической зависимости. Подростков с высокой степенью склонности к наркотической зависимости не выявлено.

Для 18,2 % респондентов свойственна низкая степень и для 81,8 % испытуемых средняя степень общей склонности к зависимости.

Таким образом, можем сделать вывод, что в обследованной группе подростков не выявлена высокая степень склонности к трудовой, религиозной, любовной, пищевой, лекарственной, наркотической и сексуальной аддикциям, а также склонности к зависимости от здорового образа жизни. Для 2,3 % испытуемых характерна высокая степень склонности к алкогольной зависимости и для 2,3 % – к зависимости от курения. Для 6,8 % подростков свойственна высокая степень склонности к телевизионной и игровой аддикциям. У 9,1 % испытуемых обнаружена высокая степень склонности к зависимости от социальных сетей.

По результатам диагностического обследования подростков нами была выделена группа подростков, в которую включены 20 испытуемых, склонных к проявлениям девиантного поведения. У 27,3 % (12 чел.) подростков выявлена склонность к социально обусловленному поведению (Лана К., Дмитрий К., Артем М., Алия С., Максим С., Глеб К., Саша, Ольга К., Алина Р., Дарья С., Максим С.2, Юрий Э.). У 9,1 % (4 чел.) подростков (Ольга К., Дарья С., Максим С.2, Юрий Э.) выявлена склонность к самоповреждающему поведению. 4,5 % (2 чел.) ребят (Дарья С., Максим С.2) характеризуются склонностью к агрессивному поведению. Для 2,3 % (1 чел.) подростков (Власов А.) характерна склонность к делинквентному поведению. У 9,1 % (4 чел.) испытуемых (Мадина Ш., Маргарита З., Перфирьева Н., Лана К.) проявляется склонность к зависимости от социальных сетей. Для 6,8 % (3 чел.) подростков (Максим С., Максим С.2, Перфирьева Н.) свойственна склонность к игровой зависимости. У 6,8 % (3 чел.) респондентов (Алина Х., Данил Р., Татьяна П.) диагностирована склонность к телевизионной зависимости. Для 2,3 % (1 чел.) испытуемых (Моника) характерна склонность к алкогольной зависимости. У 2,3 % (1 чел.) подростков (Мадина Ш.) выявлена склонность к зависимости от курения.

Исходя из диагностированных у подростков склонностей к девиантному поведению, нами были составлены рекомендации по оказанию им психологической помощи.

2.3 Рекомендации по оказанию психологической помощи подросткам, склонным к девиантному поведению

Для подростков, склонных к социально обусловленному поведению, психологическая помощь должна оказываться в направлении превенции, т.е. психопрофилактики. Подростки, склонные к социально-обусловленному поведению, подвержены влиянию окружающих и мнению референтной группы, конформные, ведомые в своих поступках и действиях. Е.В. Змановская указывает, что одной из форм психопрофилактической работы с подростками, склонными к девиантному поведению, является «активное социальное обучение социально-важным навыкам» [11, с. 163] в виде групповых тренингов.

В контексте выявленной у данной группы подростков склонности к социально-обусловленному поведению мы предлагаем цикл тренинговых занятий, разработанных Н.В. Майсак и направленных на «...формирование у подростков положительного отношения к себе, окружающим и окружающему миру в целом; осознание своих особенностей и отличий от других; развитие у подростков способностей, которые одновременно учат и лидирующей роли, и роли рядового участника группы» [18, с. 110]. Содержание тренинговых занятий представлено в Приложении А.

С группой подростков, склонных к самоповреждающему поведению, целесообразно проведение психопрофилактической работы. Для проведения профилактических занятий можно использовать программу «SOS», целью которой является «формирование у подростков жизненных целей и профилактика «антивитальных переживаний», когда еще не сформировано собственно суицидальное поведение, но уже есть отрицание жизни» [12]. Содержание программы «SOS» представлено в приложении Б. Приведем краткое описание профилактических занятий.

Занятие 1. «Смысл жизни». Целью занятия является создание условий для осознания подростком себя как личности. В ходе занятия решаются

следующие задачи: помочь подросткам осознать свои особенности, сопоставить свой жизненный опыт с опытом сверстников; создать условия для формирования у подростков активной жизненной позиции; способствовать развитию саморефлексии.

Занятие 2. «Мужество быть». Цель: формирование у подростков стойкой жизненной позиции. Задачи: установить причинно-следственную связь между потерей смысла жизни и суицидом; создать условия для формирования осмысленности подростками жизненного пути; способствовать развитию у подростков «мужества быть».

Занятие 3. «Я готов к испытаниям». Цель: развитие у подростков устойчивого стремления к позитивному восприятию. Задачи: способствовать осмыслению подростками своих качеств; формировать умение конструктивного решения проблем; развивать стремление к реализации личностного потенциала.

Оказание психологической помощи подросткам, склонным к агрессивному поведению возможно, на наш взгляд, посредством индивидуальных коррекционных занятий с использованием интерактивных упражнений (Приложение В). Приведем примеры некоторых таких упражнений.

Упражнение «Что делать с агрессией и гневом». Целью упражнения является осознание подростками собственного агрессивного поведения. Подросткам предлагается на листе бумаги написать «рецепт», по которому можно создать агрессивного человека, т.е. записать все, что делает агрессивный человек. Далее проводится обсуждение: «Какие элементы агрессивного поведения ты встречаешь в вашем классе? Что тебе кажется агрессивным? Когда ты сам проявляешь агрессивность? Каким образом ты можешь вызывать агрессию по отношению к себе?». После этого на другом листе бумаги, разделенном вертикальной линией, предлагается слева записать, как окружающие проявляют агрессию по отношению к подростку; а справа – как сам подросток проявляет агрессию по отношению к другим.

Затем выполняется анализ упражнения: «Бывают ли такие люди, которые проявляют свою агрессию не кулаками, а каким-то другим способом? Почему и дети, и взрослые так часто пытаются почувствовать свое превосходство, унизив других? Как ведет себя жертва агрессии? Как становятся жертвой? Что можно сделать, чтобы не быть жертвой? Как бы ты описал собственное поведение?» [28, с. 276].

Упражнение «Письмо гнева» направлено на обучение подростков способу выражения гнева. Подросткам предлагается написать письмо человеку, который вызывает злость и активное неприятие, отразив свои переживания и чувства. После того как подростки напишут письма, нужно спросить о том, что им хочется сделать с письмом: разорвать, скомкать, сжечь, просто выбросить, привязать к ниточке улетающего воздушного шарика и т.п. Затем выполняется анализ упражнения: «Трудно ли тебе было писать письмо? Все ли ты высказал, или что-то осталось невысказанным? Изменилось ли твое состояние после написания письма?» [49].

Кроме того, подростков, склонных к агрессивному поведению, целесообразно обучить дыхательным релаксационным техникам и техникам визуализации. Примеры таких техник также приведены в приложении В.

Психологическая помощь подросткам, склонным к зависимости от социальных сетей, к игровой и телевизионной зависимости, может быть оказана посредством их включения в группу социально-психологического тренинга общения. Программа социально-психологического тренинга «Живое общение» представлена в приложении Г. Приведем краткое описание тренинговой программы.

Социально-психологический тренинг «Живое общение» направлен на формирование у подростков социально-психологических знаний о процессе межличностного общения; снятие коммуникативных барьеров; овладение приемами межличностного взаимодействия.

Цель тренинга: повышение социально-психологической компетентности участников в процессе межличностного общения.

Задачи:

- создать условия для развития у подростков коммуникативных навыков в процессе межличностного общения;
- способствовать коррекции личностных качеств подростков, влияющих на эффективность коммуникации;
- формировать уверенность в процессе межличностного взаимодействия.

Тренинговая программа состоит из трех модулей:

Модуль 1. Коммуникативные навыки для подростков.

Модуль 2. Первичные навыки межличностного общения.

Модуль 3. Уверенность в процессе межличностного взаимодействия.

Тренинговые занятия распределены по темам:

Занятие 1. «Включаемся в живое общение!».

Занятие 2. «Я в процессе общения».

Занятие 3. «Какой я в общении?».

Занятие 4. «Что нужно в процессе общения?».

Занятие 5. «Итак, о живом общении...»

Занятие 6. «Как я общаюсь?».

Занятие 7. «Различаю поведение других».

Занятие 8. «Понимаю, что происходит в процесс общения».

Занятие 9. «Умею реагировать».

Занятие 10. «Моей уверенности всё больше».

Занятие 11. «Имею свой стиль живого общения».

Занятие 12. «Вперед, к «живому» общению!»

В каждом тренинговом занятии главное место занимает его практическая часть, при необходимости возможно включение теоретической информации. Каждое занятие начинается с «ритуала приветствия» и заканчивается «ритуалом прощания». В тренинговой работе предусматривается использование групповых дискуссий, ролевых игр, игр на интенсивное физическое взаимодействие, работа в парах и тройках и т.д. После каждого упражнения проводится рефлексия, в ходе которой подростки

могут поделиться своими впечатлениями. Это способствует развитию психологической наблюдательности, умений понимать и объяснять поведение других людей, видеть межличностную ситуацию глазами партнера. Игры на интенсивное физическое взаимодействие служат для усиления интереса учащихся, повышения работоспособности, снятия напряжения, отдыха, улучшения взаимоотношений в группе. Эти упражнения также могут быть непосредственно связаны с темой занятия и использоваться в качестве рабочих упражнений. Тренинговые упражнения подобраны таким образом, чтобы каждый подросток имел возможность активно пробовать различные стили общения, усваивать новые, не свойственные ему ранее коммуникативные умения и навыки, учиться взаимодействовать с окружающими. При этом задача группы – помочь каждому участнику выразить себя индивидуальными средствами [29].

Тренинг «Живое общение» способствует изменению внутренних установок подростков, расширению знаний о межличностном взаимодействии, появлению опыта позитивного отношения к себе и окружающим людям, развитию компетентности в сфере межличностного взаимодействия.

Психологическая помощь подростку, склонному к делинквентному поведению, может быть оказана в форме психопрофилактической беседы. На первом этапе беседы осуществляется информирование подростка о его правах и обязанностях, причинах и последствиях правонарушений. На втором этапе целесообразно провести специальные упражнения, направленные на формирование у подростка ответственности за свои поступки и коррекцию установок относительно делинквентного поведения. Приведем описание некоторых упражнений.

Упражнение «Что я выиграю, что я потеряю». Психолог описывает подростку конкретные ситуации противоправного поведения (например, кража мобильного телефона, хулиганство на улице, сквернословие в общественном транспорте, избиение одноклассника и т.п.) и предлагает

письменно ответить на два вопроса: «Что я выиграю от совершения правонарушения?» и «Что я потеряю от совершения правонарушения?». На выполнение упражнения подростку дается 5-7 минут. Затем осуществляется обсуждение ответов подростка: если правонарушение осуществляется, какие последствия оно влечет за собой?

Упражнение «Сказка». Психолог предлагает подростку сочинить сказку о Тридевятом государстве беззакония, в котором жили-были король, королева и их народ, и в котором совершенно не соблюдались никакие законы. На выполнение упражнения подростку дается 10-15 минут. Затем подросток рассказывает свою сказку. После этого следует обсуждение: «Нужны ли законы вообще, какова их роль? Нужно ли контролировать исполнение законов, для чего?».

С подростками, склонными к делинквентному поведению, можно также проводить профилактические занятия в форме групповых тренингов. Для такого рода профилактической работы можем рекомендовать «Тренинг профилактики правонарушений с основами правовых знаний», разработанный Г.И. Макарычевой (Приложение Д).

Программой тренинга предусмотрено проведение 10 тренинговых занятий, целями которых являются:

- «...актуализация представлений подростков об их правах и ответственности, знакомство с Законами РФ, определяющими права и ответственность несовершеннолетних;
- формирование у подростков представлений о сущности конфликтов и способах разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с правовыми нормами в отношении ответственности за нанесение морального и физического ущерба;
- формирование у подростков умения противостоять негативному влиянию, знакомство с ответственностью за групповые правонарушения;
- развитие у подростков навыков, позволяющих отказаться от предложения попробовать наркотики или токсические вещества, знакомство

с правовой ответственностью за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных средств;

- формирование у подростков умения отказаться от употребления алкоголя, поиск способов общения и повышения настроения без применения алкоголя, знакомство с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения;

- знакомство подростков с понятиями «вандализм» и «вандалы», предоставляется информация об ответственности за акты вандализма;

- осознание подростками чувств, возникающих при угрозе жизни и здоровью в случаях террористических актов; знакомство с ответственностью за терроризм, геноцид и разжигание межнациональной розни;

- осознание подростками личной ответственности при выборе возраста вступления в половые отношения, последствий неразборчивых половых связей, знакомство с ответственностью за сексуальное насилие;

- информирование подростков об ответственности за присвоение чужого имущества;

- информирование подростков о процедуре принятия законов в РФ; актуализация правовых знаний, полученных на занятиях; осознание ответственности участников судебных заседаний в решении судьбы обвиняемых, завершение занятий» [19, с. 3].

Полное описание программы «Тренинга профилактики правонарушений с основами правовых знаний», разработанного Г.И. Макарычевой, мы предлагаем в приложении Д.

Психологическая помощь подросткам, склонным к алкогольной зависимости и зависимости от курения может быть оказана в форме индивидуальной профилактической беседы с целью информирования о вреде курения и употребления алкоголя. В ходе беседы психологу также необходимо получить информацию о существующем у подростка опыте употребления табака и алкоголя. Беседа должна строиться на противопоставлении хорошего и плохого, правильного и неправильного; с

приведением конкретных примеров, возможно с использованием плакатов, видеофрагментов и т.п. Чем более подробно и наглядно психологом будут описаны подробные последствия употребления табака и алкоголя, тем более результативной будет беседа с подростком.

Таким образом, используя вышеперечисленные рекомендации, педагог-психолог образовательной организации может оказать квалифицированную психологическую помощь подросткам, с учетом выявленных у них склонностей к девиантному поведению.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Девиантное (отклоняющееся) поведение – это устойчивое поведение личности, которое отклоняется от социальных норм, причиняет ущерб обществу или самой личности и сопровождается социальной дезадаптацией [11].

На основе анализа литературы по теме выпускной квалификационной работы, мы определили, что под склонностью к девиантному поведению понимается «...предрасположенность личности к нарушению социально-принятых норм поведения, обусловленная совокупностью внутренне и внешне обусловленных факторов, и проявляющаяся в избирательной направленности личности на выполнение социально-неодобряемых действий, демонстрацию негативных личностных характеристик, готовность противопоставлять себя другим субъектам в различных системах отношений, вызванная биологическими, социальными или психологическими причинами» [31, с. 43].

Существуют различные классификации видов девиантного поведения. Так, В.Д. Менделевич разделяет девиантное поведение на пять типов: делинквентное, патохарактерологическое, психопатологическое, аддиктивное и отклонения в поведении на базе гиперспособностей. Автор Р.В. Овчарова выделяет две основные категории девиантного поведения: патологическое и асоциальное, которое подразделяет на делинквентное и криминальное. В классификации поведенческих отклонений Е.В. Змановской выделяется три группы девиантного поведения: антисоциальное, асоциальное, аутодеструктивное.

Фактором риска для развития девиантного поведения является подростковый период развития личности. Целый ряд особенностей подросткового возраста является «благодатной почвой» для формирования проявлений девиантности. Это и повышенный эгоцентризм; и тяга к сопротивлению и протесту; и амбивалентность характера; и стремление к

рisku и независимости; и незрелость нравственных убеждений; и кризис идентичности; и негативная или несформированная «Я-концепция»; и гипертрофированные поведенческие реакции (эмансипации, группирования, увлечения, сексуальные и др.) [22].

Под девиантным поведением подростков, соглашаясь с позицией А.В. Прялухиной и Л.Г. Лаптева, мы понимаем «...негативное социальное явление, отражающее нарушения социальной регуляции поведения, проявляющееся в деформации личности и выражающееся в различных формах социальной патологии (безнадзорность, аддиктивность, суицид и пр.)» [30, с. 89].

Разделяя позицию Н.В. Разживиной, склонность подростка к девиантному поведению мы рассматриваем как его предрасположенность к нарушению социально-принятых норм, обусловленную биологическими, социальными или психологическими причинами, и проявляющуюся в демонстрации негативных личностных характеристик, готовности противопоставлять себя другим, социально-неодобряемым действиям.

Нами было проведено экспериментальное исследование склонности к девиантному поведению у подростков МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Лесосибирска» Красноярского края. В ходе констатирующего эксперимента было выявлено, что у 27,3 % подростков сформирована модель социально обусловленного поведения; что может свидетельствовать о слишком тесном слиянии с референтной группой, и может привести к зависимости от других людей. Для 2,3 % подростков свойственна склонность к делинквентному поведению; у 4,5 % испытуемых сформирована модель агрессивного поведения; у 9,1 % респондентов диагностирована склонность к самоповреждающему поведению. Для 2,3 % испытуемых характерна высокая степень склонности к алкогольной зависимости и 2,3 % респондентов – к зависимости от курения. Для 6,8 % подростков свойственная высокая степень склонности к телевизионной и игровой аддикциям. У 9,1 % испытуемых обнаружена высокая степень склонности к зависимости от

социальных сетей. В обследованной группе подростков не выявлена высокая степень склонности к трудовой, религиозной, любовной, пищевой, лекарственной, наркотической и сексуальной аддикциям, а также к склонности к зависимости от здорового образа жизни.

По результатам диагностического обследования нами была выделена группа подростков, в которую включены 20 испытуемых, склонных к девиантному поведению: 27,3 % (12 чел.) со склонностью к социально обусловленному поведению; 9,1 % (4 чел.) со склонностью к самоповреждающему поведению; 4,5 % (2 чел.) со склонностью к агрессивному поведению; 2,3 % (1 чел.) со склонностью к делинквентному поведению; 9,1 % (4 чел.) со склонностью к зависимости от социальных сетей; 6,8 % (3 чел.) со склонностью к игровой и 6,8 % (3 чел.) к телевизионной зависимости; 2,3 % (1 чел.) со склонностью к алкогольной зависимости; 2,3 (1 чел.) со склонностью к зависимости от курения.

На основании полученных диагностических результатов для подростков, склонных к девиантному поведению, нами были составлены рекомендации по оказанию им психологической помощи. Нами было выбрано превентивное направление психологической помощи, которое предусматривает психопрофилактическую работу с подростками.

Для группы подростков, склонных к социально обусловленному поведению, мы предлагаем проведение групповых тренинговых занятий, направленных на формирование у подростков положительного отношения к себе и окружающим; осознание своих особенностей и отличий от других.

С группой подростков, склонных к самоповреждающему поведению, мы рекомендуем проведение профилактических занятий по программе «SOS», разработанной специалистами Витебского областного института развития образования, целью которой является формирование у подростков жизненных целей и профилактика суицидального поведения.

Оказание психологической помощи подросткам, склонным к агрессивному поведению возможно, на наш взгляд, посредством организации

индивидуальных занятий с использованием интерактивных упражнений, дыхательных релаксационных техник и техник визуализации.

Для подростков, склонных к зависимости от социальных сетей, к игровой и телевизионной зависимости, целесообразно включение в группу социально-психологического тренинга «Живое общение», направленного на снятие коммуникативных барьеров; овладение приемами межличностного взаимодействия.

Психологическая помощь подросткам, склонным к делинквентному поведению, может быть оказана в форме психопрофилактической беседы с целью информирования о правах и обязанностях, причинах и последствиях правонарушений; а также проведения специальных упражнений, направленных на формирование у подростков ответственности за свои поступки. С подростками, склонными к делинквентному поведению, можно также рекомендовать проведение «Тренинга профилактики правонарушений с основами правовых знаний» (авт. Г.И. Макарычева).

Психологическая помощь подросткам, склонным к алкогольной зависимости и зависимости от курения может быть оказана в форме индивидуальной профилактической беседы с целью информирования о вреде курения и употребления алкоголя; описания и демонстрации примеров последствий этих пагубных привычек.

По нашему мнению, рекомендации, составленные с учетом выявленных у подростков склонностей к девиантному поведению, позволят оказать им психологическую помощь.

Таким образом, можем сделать вывод, что все задачи, поставленные нами в выпускной квалификационной работе, успешно реализованы; цель исследования достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Блясова, И. Ю. Теоретико-методологические основы профилактики девиантного поведения подростков в социокультурной среде региона: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.05 [Электронный ресурс] / Блясова Ирина Юрьевна. – Челябинск, 2016. – 523 с. – Режим доступа: <http://www.dslib.net/>
2. Большой психологический словарь [Электронный ресурс] / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – Москва : АСТ, 2009. – 816 с. – Режим доступа: <http://www.alleng.ru/d/psy/psy013.htm>
3. Бюллетень Всемирной организации здравоохранения [Электронный ресурс]. – 2015. – Вып. 93, № 1. – С. 14-16. – Режим доступа: <http://www.who.int/bulletin/>
4. Воробьева, Т. В. Профилактика зависимости от ПАВ. Руководство по разработке и внедрению программ формирования жизненных навыков у подростков группы риска / Т. В. Воробьева, А. В. Ялтонская. – Москва : УНП ООН, 2013. – 64 с.
5. Гайфутдинова, А. М. Основные тенденции по профилактике и преодолению девиантного поведения подростков [Электронный ресурс] / А. М. Гайфутдинова // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2013. – № 4. – С. 81-83. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/>
6. Гербут, К. А. Педагогические условия профилактики девиантного поведения старшеклассников: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 [Электронный ресурс] / Гербут Кирилл Анатольевич. – Москва, 2012. – 23 с. – Режим доступа: <http://www.dslib.net/>
7. Головин, С. Ю. Словарь практического психолога / С. Ю. Головин. – Минск : Харвест, 1998. – 800 с.
8. Дроздецкая, И. А. Особенности социально-педагогического сопровождения подростков с девиантным поведением / И. А. Дроздецкая. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 160 с.

9. Дубинин, С. Н. Психологические детерминанты и механизмы коррекции девиантного поведения личности: автореф. ... дис. докт. психол. наук: 19.00.07, 19.00.10 [Электронный ресурс] / Дубинин Сергей Николаевич. – Нижний Новгород, 2011. – 50 с. – Режим доступа: <http://dissland.com/>

10. Духновский, С. В. Подросток в трудной жизненной ситуации. Психологическое сопровождение и помощь / С. В. Духновский. – Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-т, 2009. – 167 с.

11. Змановская, Е. В. Девиантология / Е. В. Змановская. – Москва : Академия, 2013. – 288 с.

12. Зязюлькин, П. В. Психолого-педагогическая помощь детям в кризисных ситуациях: методические материалы [Электронный ресурс] / П. В. Зязюлькин. – Витебск : ГУО «Витебский областной институт развития образования». 2009. – Режим доступа: <http://www.vashpsixolog.ru/>

13. Информационно-аналитическая справка о состоянии правонарушений (общественно опасных деяний) среди несовершеннолетних, не достигших возраста привлечения к уголовной ответственности [Электронный ресурс] // Приложение № 1 к Постановлению комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Красноярского края от 01.11.2016 № 167-кдн. – Режим доступа: <http://www.krskstate.ru/kdns/>

14. Информационный бюллетень документационного центра ВОЗ [Электронный ресурс]. – 2014. – № 2. – С. 2-4. – Режим доступа: <http://whodc.mednet.ru/>

15. Кудрявцев, В. Н. Правовое поведение: норма и патология: монография / В. Н. Кудрявцев. – Москва : Наука, 1982. – 287 с.

16. Леус Э. В. Тест СДП (склонность к девиантному поведению) [Электронный ресурс] / Э. В. Леус, А. Г. Соловьев. – Режим доступа: <http://psytests.org/test.html>

17. Лозовая, Г. В. Тест на зависимость (аддикцию) [Электронный ресурс] / Г. В. Лозовая. – Режим доступа: <http://psychok.net/testy/>

18. Майсак, Н. В. Диагностика и коррекция личностных особенностей подростков с девиантным поведением: монография / Н. В. Майсак. – Астрахань : Издательский дом «Астраханский университет», 2009. – 167 с.
19. Макарычева, Г. И. Коррекция девиантного поведения. Тренинги для подростков и их родителей / Г. И. Макарычева. – Санкт-Петербург : Речь, 2015. – 368 с.
20. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич. – Москва : Издательский дом «Городец», 2016. – 392 с.
21. Миронов, Д. Д. Сущность понятия «девиантное поведение подростков» / Д. Д. Миронов // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2016. – № 10. – С. 70-74.
22. Мицык, Т. А. Девиантное поведение подростков как следствие неблагополучного взросления / Т. А. Мицык // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. – 2016. – № 2. – С. 125-139.
23. Невский, И. А. Подростки группы риска в школе: монография / И. А. Невский. – Москва : Наука, 2011. – 112 с.
24. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования / Р. В. Овчарова. – Москва : Академия, 2013. – 448 с.
25. Пантюхина, Е. В. Рекомендации по профилактике девиантного поведения подростков [Электронный ресурс] / Е. В. Пантюхина // Материалы VIII Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум». – Режим доступа: <http://www.scienceforum.ru/2017/>
26. Петрусевич, Д. Ф. Сущностные характеристики девиантного поведения подростков / Д. Ф. Петрусевич // Вестник ТГПУ. – 2013. – Вып. 6 (108). – С. 195-198.
27. Петрушин, С. В. Психологическая мастерская / С. В. Петрушин. – Санкт-Петербург : Речь, 2015. – 196 с.
28. Платонова, Н. М. Агрессия у детей и подростков / Н. М. Платонова. – Санкт-Петербург : Речь, 2016. – 336 с.

29. Программа тренинга «Живое общение» для подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://trepsy.net/training/>

30. Прялухина, А. В. Проблемы развития девиантной личности подростков / А. В. Прялухина, Л. Г. Лаптев // Человеческий капитал. – 2017. – № 3 (99). – С. 88-90.

31. Разживина, Н. В. Особенности личностных диспозиций подростков, склонных к девиантному поведению, в условиях общеобразовательной школы / Н. В. Разживина // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2013. – № 11/3. – С. 41-44.

32. Разживина, Н. В. Особенности личностных диспозиций подростков, склонных к девиантному поведению, в условиях общеобразовательной школы: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 [Электронный ресурс] / Разживина Нина Владимировна. – Ростов-на-Дону, 2003. – 24 с. – Режим доступа: <http://dissland.com/>

33. Родермель, Т. А. Девиантное поведение подростков: философский и клинико-психологический аспекты / Т. А. Родермель. – Новосибирск: Издательство ЦРНС, 2015. – 100 с.

34. Сафонова, Д. С. Активные методы профилактики девиантного поведения [Электронный ресурс] / Д. С. Сафонова // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2016. – № 9-1 (17). – С. 120-124. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/>

35. Сирота, Н. А. Коппинг-поведение и профилактика психосоциальных расстройств у подростков / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. – Санкт-Петербург : ПНИИ им. В.М. Бехтерева. – 2011. – №1. – С. 63-75.

36. Состояние преступности в России за январь-март 2017 года [Электронный ресурс]. – Москва : МВД РФ, ФКУ «Главный информационно-аналитический центр», 2017. – 51 с. – Режим доступа: <https://мвд.рф/mvd/>

37. Тагирова, Г. С. Психолого-педагогическая коррекционная работа с трудными подростками / Г. С. Тагирова. – Москва : Педагогическое общество России, 2015. – 128 с.

38. Толмачева, В. В. Девиантное поведение подростков: понятие, признаки, особенности / В. В. Толмачева, В. А. Ильницкая // Вестник социально-гуманитарного образования и науки. – 2016. – №2. – С. 13-18.

39. Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий / под ред. Ю. А. Голубевой. – Волгоград : Учитель, 2014. – 196 с.

40. Усова, Е. Б. Психология девиантного поведения / Е. Б. Усова. – Минск : Изд-во МИУ, 2015. – 180 с.

41. Федосенко, Е. В. Основные направления и формы работы при оказании помощи учащимся, склонным к девиантным формам поведения [Электронный ресурс] / Е. В. Федосенко. – Режим доступа: <http://5psy.ru/obrazovanie/>

42. Федосенко, Е. В. Психологическое сопровождение подростков: система работы, диагностика, тренинги: монография / Е. В. Федосенко. – Санкт-Петербург : Речь, 2014. – 192 с.

43. Фокина, А. В. Роль личностного эгоцентризма в структуре подростковой девиантности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. 19.00.13 [Электронный ресурс] / Фокина Александра Владимировна. – Москва, 2008. – 22 с. – Режим доступа: <http://www.dslib.net/>

44. Франц, С. В. Условия и формы профилактики отклоняющегося поведения подростков [Электронный ресурс] / С. В. Франц. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/shkola/sotsialnaya-pedagogika/library/>

45. Шнейдер, Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков / Л. Б. Шнейдер. – Москва : Академический Проект; Гаудеамус, 2015. – 336 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Тренинговые занятия для подростков, склонных к социально-обусловленному поведению

При составлении тренинговых занятий использованы материалы «Программы психокоррекции личностных особенностей подростков с девиантным поведением», разработанной Н.В. Майсак [18, с. 109].

Цель тренинговых занятий: профилактика социально-обусловленного поведения подростков.

Задачи тренинговых занятий:

- 1) сформировать у подростков положительное отношение к себе, окружающим и окружающему миру в целом;
- 2) помочь подростку лучше узнать самого себя, осознав свои особенности и отличия от других;
- 3) развить такие способности подростка, которые одновременно учат и лидирующей роли, и роли рядового участника группы;
- 4) выстроить в группе положительные межличностные отношения для успешной совместной деятельности;
- 5) обучить подростков основам визуализации, психофизической релаксации, аутотренинга для саморегуляции эмоциональных состояний и поведения.

Методы: беседа, мини-лекция, групповая дискуссия; незаконченные предложения; «мозговой штурм», «репетиция поведения»; проективный рисунок; интерпретация пословиц и поговорок; аудирование психологических сказок, терапевтических притч и историй; анализ мини-сочинений, рассказов и сказок; игровые упражнения; психогимнастика; обучающая психодиагностика; релаксация, медитация, направленная визуализация, психофизический аутотренинг.

Целью игр и упражнений является тренинг какой-либо из сторон личности; отработка умения работать с получаемой информацией по одному, в парах и подгруппах; развитие способности к бесконфликтному взаимодействию с другими; понимание себя и принятие точки зрения другого на основе рефлексии и эмпатии.

Занятие 1. «Личность в группе»

Цель: осознание индивидуальности и уникальности своей личности.

Ход работы:

1. Приветствие ведущего. Краткий рассказ педагога-психолога о целях и задачах групповых психологических занятий с элементами аутотренинга.
 2. Упражнение в кругу на знакомство и сплочение членов группы: «Я, (имя), – человек, который любит ..., но не любит ...». Каждый последующий участник «круга» повторяет слова предыдущих участников, добавляя свое предложение. Обсуждение того, что интересного узнали друг о друге, что легко было запомнить, что трудно и почему.
 3. Мини-лекция о таких понятиях, как человеческая особь, индивид, личность, индивидуальность. Беседа о том, кого можно назвать личностью.
 4. Направленная фантазия «Розовый куст» с последующим рисованием куста роз и других образов, которые возникали во время звучания музыки и слушания текста релаксации.
- Групповое обсуждение рисунков с выводами о том, что все мы разные; при этом мы с этого учебного года являемся членами одного школьного класса; мы из различных семей и у каждого уже есть группа друзей и товарищей, но мы можем расширить круг своих друзей и знакомых, впустить их в свой внутренний мир, потому что нам интересно вместе и каждый из нас – личность, индивидуальность.
5. Прощание. Каждый имеет возможность сказать спасибо участникам, поблагодарив за откровенность, интересную информацию и пр.

Занятие 2. «Человек и его воля»

Цель: формирование воли подростков через осознание ее влияния на достижения человека.

Ход работы:

1. Процедура приветствия (та, которая сложилась и нравится подросткам).
2. Актуализация проблемы воли человека через аудирование рассказа Феликса Кривина «Инстинкт сопровождения»: «Стоит Лосенку отбиться от матери, и он не знает, куда идти. Ведь

он сам не выбирает дорог, он лишь сопровождает тех, кто сам выбирает дороги! Пройдет мимо корова – Лосенок за коровой пойдет. Пройдет лошадь – пойдет за лошастью. А медведь пройдет – Лосенок увяжется за медведем. Можно себе представить, куда его заведет медведь!? Но что делать, такой уж у Лосенка инстинкт – инстинкт сопровождения большого животного: кто больше – за тем и иди. Неважно куда, но иди. Потому что сам ты не выбираешь дороги, а лишь сопровождаешь тех, кто сам выбирает дороги».

Обсуждение проблемы и ее значимости для подростков.

3. Упражнение «Закончи предложение»: «Я хочу сказать, что воля – это ...». Подростки приводят примеры волевых поступков различных людей и своих собственных, за что получают психологическую поддержку.

4. Дискуссия на тему «Враги внешние и внутренние». Заранее готовим подростков к небольшим сообщениям на занятии о волевых поступках людей, благодаря чему они добились жизненных успехов, благополучия и известности. Вывод: безволие, праздность и лень – наши главные внутренние враги.

5. Тест «Волевой ли вы человек?». Анализ результатов.

6. Аутотренинг: управление вниманием. Концентрация на стрелках часов, на карандаше, пуговице, красивой раковине и пр. Делимся впечатлениями. Упражнения на внимание.

7. Процедура прощания. Домашнее задание: дома посмотреть фильм «Повелитель мух» или прочитать одноименную повесть У. Голдинга.

Занятие 3. «Потребности и возможности, или Что человек хочет?»

Цель: осознание подростками своих потребностей и возможностей.

Ход работы:

1. Приветствие ведущего. Чтение и анализ мини-сочинений подростков на тему: «Всесильны ли добро и зло?» Группа отгадывает, кто является автором того или иного сочинения.

2. Задание подросткам: каждому нарисовать «Солнце радости», на каждом лучике которого написать одно желание. Групповой анализ всех желаний подростков, выделение типичных и особых, связанных с индивидуальностью и уникальностью личности.

3. Мини-лекция о потребностях и возможностях человека, зависящих от мотивации достижения или избегания.

4. Изучение потребности в достижении или мотивации избегания.

5. Аудирование и анализ восточной притчи «Сорочка счастливого человека» (Н. Пезешкиан): «Халиф лежал при смерти, утопая в своих шелковых подушках. Хакимы, врачи его страны, стояли вокруг него, и все сошлись на том, что халифа может спасти только одно – сорочка счастливого человека, которую надо будет положить халифу под голову. Гонцы, как пчелиный рой, разлетелись повсюду и искали в каждом городе счастливого человека, но у всех, кого бы они ни спрашивали о счастье, были только заботы и горе. Наконец гонцы, уже почти потерявшие надежду, встретили пастуха, который, весело напевая, пас свое стадо. "Счастлив ли ты?" – спросили у него. "Я не знаю никого, кто был бы счастливее меня", – ответил со смехом пастух. "Тогда дай нам свою сорочку!" – воскликнули гонцы. "У меня ее нет", – сказал пастух. Эта странная весть о том, что единственный счастливый человек, которого встретили гонцы, не имеет сорочки, заставила халифа сильно задуматься. Три дня и три ночи он никого не пускал к себе. А на четвертый день велел раздать народу свои шелковые подушки, драгоценные камни, и, как повествует легенда, халиф с того дня стал опять здоровым и счастливым».

6. Словесные внушения в аутотренинге, задействующие сознательный механизм самовнушения. Аффирмации как позитивные утверждения о себе. Обучение формулированию аффирмаций: они строятся в виде простых и кратких утверждений, с позитивной направленностью (без частицы «не»). Например, «я не глупый человек» заменить на «я достаточно умный». Для усиления эффекта самопрограммирования можно использовать слова «именно сегодня», например: «именно сегодня у меня все получится»; «именно сегодня я буду самой спокойной и выдержанной»; «именно сегодня я буду находчивой и уверенной» и пр. В случае даже незначительных успехов целесообразно хвалить себя, мысленно говоря: «Молодец!», «Умница!», «Здорово получилось!»

7. Процедура прощания.

Занятие 4. «Какой же я человек?»

Цель: развитие у подростков позитивного отношения к себе и другим, адекватного отношения к всякого рода «инаковости», негативного отношения к неодобряемым социумом девиациям.

Ход работы:

1. Приветствие. Анализ нескольких мини-сочинений на тему: «Почему каждый человек – загадка?». Подростки отгадывают авторов сочинений-рассуждений.

2. Упражнение «Кто я?»: 10 раз ответить на этот вопрос письменно.

Затем проводится беседа об уровнях «Я»: физическом, социальном, психологическом, океаническом (духовном).

3. Диагностическая методика «Соотнесенные качества» (Л.Б. Филонов), предназначенная для изучения отношений подростка к лицам ближайшего окружения через соотнесение своих собственных качеств с качествами хорошо известных ему людей. Видение в другом человеке определенных качеств означает выделение их среди других качеств, наиболее значимых для испытуемого, выступающих ориентирами, с которыми человек обычно соотносит свои действия. Обычно свои собственные качества испытуемые соотносят с качествами всех как с системой ориентиров, где качества лучшего – это объект приближения, качества непривлекательного – объект избегания, а качества среднего – тот массив, к которому человек либо присоединяется сам, либо стоит над ним, либо ниже его. Качества других людей создают сферу ожиданий субъекта. В итоге необходимо будет обсудить те общие «фоновые» качества, в сравнении с которыми выделяются отклонения (так, у трудных подростков возможно даже презрение к «средним» и наделение их пренебрегаемыми чертами). Затем обсудить выявленные «девиативные тенденции».

Инструкция:

1) напишите 5 качеств человека, хорошо вам известного человека, желательно сверстника, которого вы считаете лучшим. Обозначьте его инициалы и пол (это необходимо для того, чтобы описывались качества этого человека, а не «с потолка»);

2) напишите 5 качеств хорошо известного вам человека, желательно сверстника, который является именно для вас самым непривлекательным. Обозначьте его инициалы и пол;

3) напишите 5 качеств хорошо известного вам человека, желательно сверстника, которого вы считаете самым обычным, средним, ничем не выделяющимся. Обозначьте его инициалы и пол;

4) напишите 5 собственных положительных качеств;

5) напишите 5 собственных отрицательных качеств;

6) напишите 5 качеств, которые вы формируете у себя или хотели бы сформировать;

7) напишите 5 качеств, от которых вы хотели бы избавиться.

4. Аудирование и обсуждение рассказа В.А. Сухомлинского «Обыкновенный человек»: «В жаркой, сухой степи – колодец. Возле колодца – изба. В ней живут дед с внуком. У колодца на длинной веревке ведро. Идут, едут люди – заворачивают к колодцу, пьют воду, благодарят деда. Однажды ведро оторвалось и упало в глубокий колодец. Не было у деда другого ведра. Нечем воды достать и напиться. На другой день утром подъезжает к дедовой избе мужик в телеге. Под соломой у него ведро. Проезжий посмотрел на колодец, глянул на деда с внуком, ударил кнутом лошадей и поехал дальше. "Что это за человек?" – спросил внук деда. "Это не человек", – ответил дед. В полдень проезжал мимо дедовой избы другой хозяин. Он достал из-под соломы ведро, привязал к веревке, достал воды и напился сам, дал напиться деду и внуку; вылил воду в сухой песок, спрятал ведро опять в солому и поехал. "Что это за человек?" – спросил внук деда. "И это еще не человек", – ответил дед. Вечером остановился у дедовой избы третий проезжий. Он достал из телеги ведро, привязал к веревке, набрал воды, напился, поблагодарил и поехал, а ведро оставил привязанным у колодца. "А это что за человек?" – спросил внук. "Обыкновенный человек", – ответил дед».

5. Дыхательная гимнастика: представьте, что перед Вашим носом на расстоянии 10–5 см висит пушинка. Дышите только носом и так плавно, чтобы «пушинка» не колыхалась. Через 3–минут такого дыхания Вы заметите, что Ваше состояние стало заметно спокойней и уравновешенней.

6. Процедура прощания.

Занятие 5. «Уверенное, неуверенное и агрессивное поведение»

Цель: развитие навыков ассертивного поведения; коррекция проявлений агрессивного поведения.

Ход работы:

1. Приветствие. Анализ мини-сочинений на тему «Почему каждый человек – загадка?», не прочитанных на прошлом занятии. Подростки отгадывают авторов сочинений-рассуждений.
2. Терапевтическая сказка «Первый полет к солнцу» («Школьный психолог»). Обсуждение.
3. Обсуждение с подростками тактик поведения жертвы, провоцирующей в отношении себя агрессивные и преступные действия. Анализ причин виктимного поведения человека.
4. Психотренинг уверенного, но не агрессивного поведения: репетиция навыков уверенной просьбы; уверенного требования; ответа на справедливую и несправедливую критику; сопротивления манипулированию; твердого отказа (как сказать «нет» и не потерять друзей). Можно использовать стимульный материал теста Розенцвейга.
5. Тест «Чего ты хочешь от жизни?» с визуализацией «Путь в пещеру». Обсуждение возникших образов. Интерпретация возможных значений образов как работа с бессознательной сферой личности подростка.
6. Процедура прощания.

Занятие 6. «Человек и его ошибки»

Цель: формирование установки на саморазвитие и самовоспитание.

Ход работы:

1. Приветствие. Участники по кругу приводят знакомые пословицы и поговорки о здоровом образе жизни. Можно подтвердить свои мысли крылатыми фразами из кинофильмов, примерами из литературы или окружающей жизни.
2. Дискуссия о проблеме наркомании и других формах зависимого поведения: компьютерной, игровой, алкогольной. Подростки зачитывают примеры самоописаний из жизни наркоманов. Слушание песни С. Сухорукова «Подруга белолая».
3. Сочинение по кругу сказки «Жизнь наркомана» (каждый добавляет по одному предложению). (Это задание имеет и диагностическое значение).
4. Работа в подгруппах: поведенческий тренинг по разрешению проблемных жизненных ситуаций. Совместный поиск наиболее оптимальных способов разрешения трудных жизненных ситуаций.
5. Упражнения на продуктивное высвобождение гнева «Рычи, лев, рычи», «Стучи, поезд, стучи» и пр.
6. Игра «Я дарю тебе ...», суть которой состоит в том, что все подростки дарят каждому по одному качеству, в котором, с их точки зрения, их одноклассник особо нуждается. Обязательно приводятся аргументы, а «принимающий» подарки выслушивает их и благодарит всех.
7. АТ «Позитивное мышление»: сядьте удобнее, положите руки на верхнюю поверхность бедер и расслабьте плечи (10 с). Закройте глаза. Представьте себе, что Вы идете через красивую спокойную местность. Вы видите зеленые луга и мирно пасущихся животных. Вы подходите к маленькому озеру, на берегу которого видите скамейку. Вы садитесь на нее и прислушиваетесь к плеску воды. Вы сидите в этом спокойном месте. В Вас проникает покой. Вы чувствуете его в себе и вокруг. Вы говорите себе: «Я совершенно спокоен». Достаточно, если Вы тихо произнесете про себя эту фразу или просто представите себе, что Вы совершенно спокойны (20 с). Вы все еще сидите на скамейке совершенно спокойно и расслабленно. Вы думаете об отношениях с родителями, об учебе в школе. Вы знаете, что у Вас есть способности к учебе и Вы можете положиться на себя даже в трудной ситуации. Почувствуйте, что Вы все можете: «Я могу положиться на себя». Когда Вы так сидите спокойно и уверенно, Вы твердо знаете, что Ваша учеба в будущем будет успешной. Вы думаете о своих планах и говорите себе: «Я все сделаю». Вы ощущаете покой и уверенность. Вы уходите полными уверенности в себе. Вы наслаждаетесь чувством покоя, уверенности и безопасности. Вы говорите про себя: «Я все могу». Теперь потянитесь, глубоко вдохните, выдохните и ... откройте глаза. Вы спокойны, полны уверенности в себе, и Ваша учеба, Ваша жизнь, конечно же, будут успешными.
8. Процедура прощания. Домашнее задание: подготовить интересные сообщения по проблемам пивного алкоголизма и никотиновой зависимости среди подростков.

Занятие 7. «В мире соблазнов»

Цель: формирование установки на здоровый образ жизни.

Ход работы:

1. Приветствие. Незаконченное предложение «Соблазн – это ...».
2. Дискуссия по проблеме пивного алкоголизма и никотиновой зависимости «Вредные привычки или болезни?» Подростки делают небольшие сообщения, приводят статистические данные.

3. Тренировка поведения: необходимо разыграть сценки на основе незаконченных предложений, например: «если хочешь проверить человека, то ...»; «однажды друг подвел меня, а я ...»; «если мне предложат принять участие в неблаговидном деле, то я ...» и др.

4. Терапевтическая сказка Ольги Филипповской «Яблоня и ее ветка» («Школьный психолог»).

5. Релаксация «Подводное путешествие».

6. Процедура прощания.

Занятие 8. «С кем поведешься ...»

Цель: формирование установки на самостоятельность и ответственное поведение.

Ход работы:

1. Приветствие. Интерпретация пословицы «С кем поведешься – от того и наберешься».

2. Тест «Оптимист Вы или пессимист?».

3. Аудирование и обсуждение идей сказки Д.Ю. Соколова «Поймайчик Агао с планеты людчей»: «Волшебник обратился с просьбой к Агао: "Ты пойдешь в небесный дом и узнаешь, умирают людчи или нет". Агао пошел в небесный дом. Отворив огромную дверь, которая одновременно была безмерно тяжелой и воздушно-легкой, он попал на первый этаж, где жило Солнце. "Скажите, – спросил Агао, – людчи умирают или нет?" "Нет, – ответило Солнце, – людчи не умирают. Они исчезают, как я это делаю каждый вечер, а потом появляются, как я это делаю каждое утро". "Спасибо", – сказал Агао, попрощался и поднялся на второй этаж. Там веселой гурьбою жили звезды. "Да, – сказали звезды, – людчи умирают как звезды: если звезда упадет или погаснет, она уже никогда не засияет снова". "Спасибо", – поблагодарил Агао и поднялся на третий этаж, где жила луна. "Нет, – сказала луна, – людчи не умирают. Они становятся старше, уменьшаются, дряхлеют, как я, а потом исчезают, но через день возрождаются маленькими – как я, и потом растут, растут ...". "Я понял", – сказал Агао и поднялся еще выше. На четвертом этаже его ждала роза. "Людчи умирают... – прошелестела роза, – и не могут возвращаться из Царства смерти". Тогда Агао медленно спустился и вышел из небесного дома. Когда он вернулся к волшебнику, тот спросил его: "Ну, что ты понял?" "Те людчи, которые как звезды и роза, они умирают. А те, которые как Солнце и Луна, – нет"».

4. Игра «Королевство» («Школьный психолог»).

Инструкция: В некотором царстве, в некотором государстве, а точнее сказать – королевстве, случился маленький конфуз, а точнее – большая неприятность. В неизвестном направлении исчезла вся монархическая верхушка, министры, военачальники и даже палач! И воцарилась анархия. Народ брошен на произвол судьбы, и что ему делать – решать вам, потому что вы и есть народ в этом королевстве.

5. Упражнение на снятие психомышечного напряжения и кратковременное расслабление «Кинг-Конг». В фазе напряжения положение рук напоминает громадную обезьяну: руки согнуты в локтях и расположены перед грудью, кисти рук не соприкасаются, глаза прикрыты; дыхание спокойное и равномерное. Сожмите пальцы рук в кулак, напрягите все мышцы рук – кулаков, предплечий, плеч. Кулаки сжимаются так сильно, что все мышцы рук начинают дрожать. Дышите спокойно и равномерно. Напрягите мышцы до боли. В фазе расслабления руки свободно падают вниз, все мышцы рук полностью расслаблены. Медленно вдыхайте и выдыхайте. Наслаждайтесь чувством тяжести и тепла в руках ... Откройте глаза.

6. Процедура прощания.

Занятие 9. «С чего начинается личность?»

Цель: самопознание личности, самоанализ ее поведения; развитие умения видеть себя со стороны.

Ход работы:

1. Приветствие. Интерпретация пословиц и поговорок: «Что посеешь, то и пожнешь», «Посеешь поступок – пожнешь привычку, посеешь привычку – пожнешь характер, посеешь характер – пожнешь судьбу» и т.д. Вывод: личность начинается с темперамента, характера, с проявления человеческих качеств.

2. Упражнение «Визитная карточка»: написать жизненный девиз, нарисовать свой герб, составить небольшой рассказ о себе. Обсуждение гербов и девизов личности, важности самопознания и самоанализа.

3. Игра «Чемодан в дорогу»: один из игроков садится спиной к остальным. Ведущий говорит, что участники должны помочь собрать багаж уходящему. Но в «багаж» кладутся не вещи, а личностные качества, которые помогут в жизни, причем нужно называть те качества,

которые действительно имеются у этого человека. Лучше «оставить дома» те качества, которые могут навредить в дальнейшем пути.

4. Дискуссия «От чего зависит то, как сложится моя жизнь? Что может для этого сделать сам человек?»

5. Аудирование и обсуждение «Сказки о милостивой судьбе»: «Жили-были рядышком два деревца молодых и красивых. Вечерами они шептались о судьбе. "Я вырасту высоким и раскидистым, – говорило одно. – У меня в ветках поселятся птицы. В моей тени будут укрываться олени и зайцы. Я первой буду встречать солнечные лучи и утренний ветерок. Пройдет время, и меня окружит поросль моих детей. Они будут такие маленькие и замечательные ...". "Нет, – говорило другое, – расти страшно. Зимой бьют морозы, летом сушит солнце. Целый день труди корни, гони воду вверх, корми листья. Пусть лучше меня возьмут дровосеки, а потом плотник выточит из меня что-нибудь прекрасное. Я буду лежать на бархатной подушке ...". И что бы вы думали? Пришел бородатый дровосек и срубил второе дерево. Часть его сожгли в печке, а из ствола плотник сделал резную шкатулочку. И долго шкатулка лежала на бархатной подушке, храня в себе сережки, бусы и дорогие духи. Потом разохлась потихоньку, замочек сломался. Шкатулку отдали детям, они ее быстро доломали и выкинули. Где-то на дворе валялись ее щепочки до зимы, а там уж – спроси у ветра! Ветер станет спрашивать деревья в лесу, и одно из них – то, что было когда-то первым деревцем, – расскажет, что вороны свили на нем гнездо, встроив в стенки щепочки старой шкатулки, как подружки узнали друг друга и подивились милостивой судьбе. Они достигли своих целей, а вы достигнете своих».

6. Релаксация «Фантастическое путешествие в каменный век».

7. Процедура прощания.

Занятие 10. «Самоконтроль»

Цель: развитие у подростков самоконтроля поведения, эмоций и чувств.

Ход работы:

1. Приветствие.

2. Игра «Да и нет – не говори»: каждый по кругу задает в быстром темпе вопрос следующему игроку, на который он должен ответить без использования слов «да» и «нет».

3. Мини-лекция о самоконтроле как способности к произвольной саморегуляции поведения, эмоций и чувств. Беседа об эмоциональной устойчивости и самоконтроле индивида, способствующих в жизни позиции «выигрывающего», достигающего успехов.

4. Тест «Умеете ли Вы контролировать себя?».

5. Рисование акварельными красками (молча, в парах): на каждой парте – белый лист бумаги, на котором по сигналу ведущего можно рисовать все, что сидящие за одной партой считают нужным. Общаться рисующим с помощью слов нельзя. Важно запомнить все чувства, которые каждый испытывал в процессе рисования, а затем поделиться ими.

6. Аудирование и анализ «Сказки о борьбе мотивов» И. Вачкова.

7. Использование в саморегуляции жизненных ресурсных ситуаций.

Вспомните ситуацию и события, в которых вы чувствовали себя комфортно, расслабленно, спокойно. Делайте это в трех основных модальностях, присущих человеку: вспомните зрительные образы (то, что вы видели – облака, цветы, лес); слуховые образы (звуки, которые вы слышали, – пение птиц, журчание ручья, шум дождя, музыку); ощущения в теле (то, что вы чувствовали – тепло солнечных лучей на своем лице, брызги воды, запах цветущих яблонь, вкус клубники и пр.). Итак: 1) сядьте удобно, по возможности, закрыв глаза; 2) дышите медленно и глубоко; 3) вспомните одну из ваших ресурсных ситуаций; 4) проживите ее заново, вспоминая все сопровождавшие ее зрительные, слуховые и телесные ощущения на 100 %; 5) побудьте внутри этой ситуации еще несколько минут; 6) откройте глаза и вернитесь в класс. Делимся опытом ресурсных состояний.

8. Процедура прощания. Домашнее задание: принести фотографии своих друзей, родителей и свои периоды, когда был маленьким; придумать рассказ «История моей семьи».

Занятие 11. «Я и мое окружение»

Цель: самораскрытие; сравнение жизненного опыта участников.

Ход работы:

2. Приветствие. Проверка домашнего задания. Вывод о развитом самоконтроле тех, кто не забыл и принес фотографии для работы на занятии.

3. Рассказ «История моей семьи», сопровождаемый фотографиями членов семьи и друзей.

4. Упражнение «Железнодорожная колея»: участникам раздаются листы, на которых каждый рисует любимое место, в котором он жил, которое посещал (ищем ресурсные места и состояния). Затем ведущий раскладывает все рисунки друг за другом и говорит, что воображаемый поезд будет останавливаться на воображаемых станциях, чтобы все участники могли описать свои рисунки – значимые места своей жизни. Ведущий просит особо выделить значение выбранного эпизода жизни и обменяться мнениями о важности происшедших тогда или происходящих сейчас событий.

5. Упражнение «Письмо-цепочка»: каждый делает из клетчатого листочка «гармошку», подписывает ее своим именем и отправляет «в путь по партам».

Инструкция: на «гармошке» каждого из Вас должен появиться список Ваших достоинств и положительных качеств. Затем мы будем читать вслух то, что написано в гармошке, поэтому нельзя писать пошлости.

6. Упражнение на психомышечную релаксацию «Зигфрид». Фаза напряжения: сядьте прямо, как свеча. Разведите в стороны согнутые в локтях руки, отведите плечи как можно дальше назад, как будто Вы хотите удержать между лопаток маленький предмет. Напрягите мышцы так, как будто Ваши лопатки сейчас соприкоснутся, при этом слегка вытяните голову вперед. Как только Вы почувствуете боль – наступает фаза расслабления: 2 раза вдохните и выдохните, затем расслабьтесь. Плечи и голова расслабленно падают вперед. Затем обхватите руками сначала одно свое колено, потяните руки и плечи; затем то же, но с другим коленом.

7. Процедура прощания.

Занятие 12. «Я и мои одноклассники»

Цель: осмысление чувств, связанных с ингрупповым и/или аутгрупповым фаворитизмом; сравнение жизненного опыта друг друга, чтобы лучше узнать себя.

Ход работы:

1. Приветствие.

2. Упражнение «Окно в мир»: члены группы зарисовывают то, что происходит в окружающем мире за пределами этого здания. Ведущий направляет идеи к изображению различных иллюстраций. Участники могут зарисовать то, чего они боятся по ту сторону окна. Затем наступает этап рассказов по рисункам, обсуждения нарисованного, беседы о том новом, что узнали о своих товарищах.

3. Ведущий подчеркивает, что все мы в классе разные. Но чтобы жить дружно, необходимо усвоить некоторые правила. Они, как кирпичики, построят «крепкое здание хороших отношений». Этим кирпичиков несколько: 1) говорите только то, что чувствуете; 2) высказывайтесь абсолютно ясно; 3) проверяйте значение сказанных Вам слов, задавая уточняющие вопросы; ведь лучше спросить, чем прослыть глупцом; 4) слушайте внимательно! 5) учитесь ссориться по правилам; 6) выражайте мысли и чувства не только словами. Подкрепляйте их делами; 7) учитесь говорить «нет»; 8) говорите себе только правду. Обсуждение «классных» правил.

4. Игра «Путаница».

5. Аудирование и обсуждение терапевтической истории А.С. Могилевской «Пустое яйцо».

6. Упражнение на психомышечную релаксацию «Танк». Представьте себе, что в подмышечных впадинах вы удерживаете какие-то предметы. Напрягите плечи, предплечья и кисти рук; закройте глаза и дышите равномерно. У Вас появится чувство, что Вы сидите в танке. Дыхание пассивное, животом. Напрягайте мышцы как можно сильнее ... Фаза расслабления: руки свисают вниз, слегка приподнимите локти, чтобы 1– раза открыть подмышечные впадины. Расслабьте плечевые суставы.

7. Процедура прощания.

Занятие 13. «Лидер или ведомый»

Цель: развитие ответственного поведения и лидерской позиции.

Ход работы:

1. Приветствие.

2. Игра на проявление лидерских качеств «Причем здесь стулья?»: необходимо, взяв стул, тихо сесть на нем среди одноклассников по прямой линии в алфавитном порядке (например, в соответствие с первой буквой фамилии каждого подростка). В результате будет выявлен один лидер или несколько человек с лидерскими качествами.

3. Беседа о лидерстве как феномене. Лидер деловой и эмоциональный. Мужчина и женщина как лидеры. Черты и качества лидера. Воспитание лидера в группе, семье и коллективе.

4. Тест на выявление лидерских качеств.

5. Аудирование и анализ восточной притчи «Протяни ты ему руку» (Н. Пезешкян): «В болоте северной Персии тонул человек. Он весь погрузился в трясину, и только голова его еще выглядывала. Несчастный орал во всю глотку, прося о помощи. Скоро целая толпа собралась на месте происшествия. Нашелся смельчак, пожелавший спасти тонущего. "Протяни мне руку! – кричал он ему. – Я вытащу тебя из болота". Но тонущий взывал о помощи и ничего не делал для того, чтобы тот смог ему помочь. "Дай же мне руку!" – все повторял ему человек. В ответ раздавались лишь жалобные крики о помощи. Тогда из толпы вышел еще один человек и сказал: "Ты же видишь, что он никак не может дать тебе руку. Протяни ему свою руку, тогда сможешь его спасти"».

6. Повторение упражнения на психомышечную релаксацию «Зигфрид».

7. Процедура прощания.

Занятие 14. «Почему люди ссорятся?»

Цель: развитие способности к бесконфликтному взаимодействию.

Ход работы:

1. Приветствие.

2. Упражнение «Общение в парах»: сначала партнеры сидят спина к спине и пытаются общаться; по сигналу ведущего один партнер остается сидеть на стуле, а другой встает, продолжая общаться; затем партнеры садятся, смотрят друг другу в глаза, «общаясь» уже без использования слов. Все делятся полученными впечатлениями.

3. Беседа о причинах конфликтов между людьми: несходство интересов, ценностей, мнений, убеждений. Обсуждение «Шести условий правильного спора» (советы врача-психотерапевта А. Полеева).

4. Коммуникативные игры на нахождение выходов из конфликтных ситуаций: подгруппы работают над проблемными ситуациями, описанными в небольших текстах, полученных каждой подгруппой. Можно использовать стимульный материал к тесту Розенцвейга, изучающему фрустрацию толерантности. Анализируются высказывания каждого подростка; делается вывод о преобладании обвинительных, самообвиняющих или безобвинительных реакций; об эмоциональной неустойчивости как причине случайных конфликтов.

5. Аудирование и анализ притчи «Небольшая разница» (Н. Пезешкян): «Один восточный властелин увидел страшный сон, будто у него выпали один за другим все зубы. В сильном волнении он позвал к себе толкователя снов. Тот выслушал его озабоченно и сказал: "Повелитель, я должен сообщить тебе печальную новость. Ты потеряешь одного за другим всех своих близких". Эти слова вызвали гнев властелина. Он велел бросить в тюрьму несчастного и призвать другого толкователя, который, выслушав сон, сказал: "Я счастлив сообщить тебе радостную весть – ты переживешь всех своих родных". Властелин был обрадован и щедро наградил его за это предсказание. Придворные очень удивились. "Ведь ты сказал ему то же самое, что и твой бедный предшественник, так почему же он был наказан, а ты вознагражден?" – спрашивали они. На что последовал ответ: "Мы оба одинаково истолковали сон. Но все зависит от того, не ЧТО сказать, а КАК сказать"».

6. Упражнения на психомышечную релаксацию: «Танк», «Зигфрид», «Кинг-Конг», «Пушинка». Подростки делятся опытом использования в жизни навыков саморегуляции, освоенных на занятиях.

7. Процедура прощания.

Занятие 15. «Принц или лягушка?»

Цель: самопознание, саморазвитие и самовоспитание.

Ход работы:

1. Приветствие. Обсуждение крылатого высказывания «Двоих надо страшиться: один – это сильный враг, а другой – коварный друг» (Кобур).

2. Упражнение «Ассоциации»: каждый из членов группы может ассоциироваться в глазах другого с месяцем года, камнем, стихийным бедствием, видом спорта, сказочным героем и пр.; все подростки поочередно приводят ассоциации, возникающие на определенного члена класса. Поддерживаются положительные ассоциации.

3. Игра «Подарочный набор»: на первом этапе участники дарят друг другу самые невообразимые подарки: прошлогодний снег, дневник с пятерками, дипломат, набитый фальшивыми долларами, трамвай, дырку от бублика, комету и т.п. В итоге у каждого должен получиться «подарочный набор» из трех предметов или явлений. Если у кого-то подарков оказалось больше, он выбирает из них три наиболее «дорогих». На втором этапе каждый должен

придумать не менее девяти предложений, в каждом из которых использован весь «подарочный набор». Затем предложения зачитываются, оцениваются умения работать с информацией на творческом уровне. Группа аплодирует лучшим текстам.

4. Аудирование и анализ сказки А. Могилевской для детей и взрослых «Всякая лягушка может стать ангелом».

5. Дискуссия на тему «Судьба человека». Подростки рассуждают о том, каким образом личностные качества влияют на будущее и судьбу в целом.

6. Релаксация «Путь на вершину горы».

7. Процедура прощания, пожелания друг другу.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Программа профилактических занятий «SOS» для подростков, склонных к саморазрушающему поведению

Программа «SOS» разработана специалистами Витебского областного института развития образования и представляет собой систему профилактических занятий с подростками, ориентированных на формирование жизненной цели и профилактику «антивитальных переживаний».

Занятие 1. «Смысл жизни»

«Тот, кто имеет за чем жить, может вынести любое как жить» (Ф. Ницше).

Цель: создание условий для осознания подростком себя как личности.

Задачи:

- помочь подросткам осознать свои особенности, сопоставить свой жизненный опыт с опытом сверстников;
- создать условия для формирования у подростков активной жизненной позиции;
- способствовать развитию саморефлексии.

Ход занятия:

- *упражнение-приветствие. «Здравствуй, я рад тебя сегодня видеть...»*

Ведущий предлагает взяться за руки и поприветствовать участникам своих соседей справа словами «Здравствуй, я рад тебя сегодня видеть...». Начинает выполнение упражнения сам ведущий, далее его продолжают участники, сидящие справа.

- *упражнение «Создай свою визитку»;*

Участникам предлагается оформить свою визитку, написать имя (или как бы они хотели, чтобы их называли на занятиях другие), а также все то, что поможет им лучше раскрыть свой образ.

- *упражнение «Жизненный девиз»;*

Участники должны представить свой жизненный девиз, свой главный принцип жизни. Важно отметить оптимистичные и пессимистичные девизы.

- *анализ притчи «Сказка о милостивой судьбе»;*

«Сказка о милостивой судьбе» (авт. Д. Соколов)

Цвели рядышком два деревца – молодых и красивых. Вечерами они шептались о судьбе. – Я вырасту высоким и раскидистым, – говорило одно. – У меня в ветках поселятся птицы. В моей тени будут укрываться олени и зайцы. Я первым буду встречать солнечные лучи и утренний ветерок. Пройдет время, и меня окружит поросль моих детей. Они будут такие маленькие и замечательные!..

– Нет, – говорило другое, – расти страшно. Зимой бьют морозы, летом сушит солнце. Целый день труди корни, гони воду вверх, корми листья. Нет, пусть лучше меня возьмут дровосеки, а потом плотник выточит из меня что-нибудь прекрасное. Я буду лежать на бархатной подушке...

И что бы вы думали? Пришел бородатый дровосек и срубил второе дерево. Часть его сожгли в печке, а из ствола плотник сделал резную шкатулочку. И долго шкатулка лежала на бархатной подушке, храня в себе сережки, бусы и дорогие духи. Потом разохлась потихоньку, замочек сломался. Шкатулку отдали детям, они ее быстро доломали и выкинули. Где-то на дворе валялись ее щепочки до зимы, а там уже – спроси у ветра! Ветер станет спрашивать деревья в лесу, и одно из них – то, что было когда-то первым деревцем, – расскажет, как вороны свили на нем гнездо, встроив в стенки щепочки старой шкатулки, как подружки узнали друг друга и подивились милостивой судьбе.

Они достигли своих целей, а вы достигнете своих.

Вопросы для обсуждения:

- Можно ли изменить судьбу?
- Какова судьба дерева? (*Рост, питание, цветение.*)
- Какова судьба человека? (*Рождение, развитие, продолжение рода, смерть.*)
- Как хотелось изменить судьбу второе дерево?
- Достигли ли деревья своих целей?
- Может ли вызов судьбе привести к печальным последствиям?
- Что определяет смысл жизни — судьба или сам человек?
- Для чего живет человек? Зачем пришел он в этот мир?

- Для чего живете вы?
- *упражнение «Золотая рыбка»;*
Участникам предлагается ответить на вопрос: «О чем бы вы попросили золотую рыбку, чтобы ваша жизнь (судьба) стала интереснее?»

- *упражнение «Удары судьбы»;*
Участники делятся на подгруппы из 4-5 человек. Один из участников (ведущий) должен лечь на пол, а остальные ребята искусственно создают внешние препятствия. Задача ведущего встать (за 1-2 минуты), а остальные мешают этому, удерживая его. На месте ведущего должен побывать каждый из участников.

Вопросы для обсуждения:

- Какие трудности были при выполнении этого задания?
 - Какие чувства возникали в процессе игры?
- Психолог должен подвести ребят к выводу о том, что человек при ударах судьбы не должен быть как глина, а должен реагировать как мяч. Глина при ударе сплющивается, а мяч, ударяясь, отскакивает и остается таким же. Так же и неприятности должны не «сплющивать» нас, а лишь делать сильнее и выносливее.

- *рефлексия;*
Участникам предлагается ответить на вопрос о том, какие мысли возникали по ходу занятия. Мнения могут высказываться по кругу или путем передачи игрушки, бросания мяча и т.д.

- *домашнее задание;*
Участникам предлагается написать мини-сочинение на тему «Смысл моей жизни» или «Для чего я живу?»

- *«подарок» психолога.*
Психолог дарит каждому участнику открытку или пожелание в виде цитаты. Например:
- «Тайна бытия человеческого не в том, чтобы только жить, а в том, для чего жить. Без представления, для чего ему жить, человек не согласится жить и скорее истребит себя, чем останется на земле, хотя бы кругом его все были хлеба» (Ф. Достоевский).
- «Наша жизнь – путешествие. Идея – путеводитель. Нет путеводителя, и все останавливается, цель утрачена, и сил как не бывало» (В. Гюго).
- *Упражнение-прощание «Спасибо за прекрасный день»*

Один из участников становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается, и церемония завершится безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Занятие 2. «Мужество быть»

«Жизнь – это красноватая искорка в мрачном океане вечности, это единственное мгновение, которое нам принадлежит» (И.С. Тургенев).

«Смотри на каждую утреннюю зарю как на начало новой жизни и на каждый закат солнца как на конец ее. Пусть каждая из этих кратких жизней будет отмечена каким-нибудь добрым поступком, какой-нибудь победой над собой или приобретенным знанием» (Д. Раскин).

Цель: формирование стойкой жизненной позиции.

Задачи:

- установить причинно-следственную связь между потерей смысла жизни и суицидом;
- создать условия для формирования осмысленности подростками жизненного пути;
- способствовать развитию у подростков «мужества быть».

Ход занятия:

- *упражнение-приветствие. «Здравствуй, я рад тебя сегодня видеть...»*

Ведущий предлагает взяться за руки и поприветствовать участников своих соседей справа словами «Здравствуй, я рад тебя сегодня видеть...». Начинает выполнение упражнения сам ведущий, далее его продолжают участники, сидящие справа.

- *упражнение «Закончи предложение»;*

Участникам предлагается закончить следующие предложения:

- «Меня любят за то, что ...»
- «Если меня не будет, то ... будет плохо без меня».

- «Я хочу жить, потому что...»
- *обсуждение домашнего задания;*
Участники по очереди зачитывают свои мини-сочинения, ведущий комментирует каждое, демонстрируя преимущества позитивного отношения к жизни и отмечая важность смысла жизни для людей.

- *беседа о причинах самоубийства;*

Вопросы для беседы:

- Почему и ради чего человек лишает себя жизни, совершая самоубийство? (*Желая облегчить страдание, навзлом близким, чтобы пожалели о своих поступках, из-за страха перед будущим, чтобы не быть обузой, трудно жить, устал сопротивляться ...*).
- Какими могут быть причины самоубийства?
- Какие люди делают попытки покончить с собой? (*Творческие, слабые, наркоманы, одинокие, больные.*)
- Лишая себя жизни, человек проявляет силу или слабость? (*Проводится голосование.*)

Психолог должен подвести ребят к выводу, что человек проявляет слабость духа, поскольку не может найти в себе силы сопротивляться трудностям, не может обрести смысла жизни, и тем самым поступает эгоистично и т.д.

- *упражнение «Обрыв»;*

На полу изображается черта, за чертой – «обрыв». Все ребята выстраиваются в шеренгу напротив изображенного «обрыва». Каждый из участников должен пройти «обрыв» и не упасть, используя поддержку группы. Обратит внимание, как воспользовались этой возможностью участники.

Вопросы для обсуждения:

- Легко ли было идти?
- Какие способы использовали?
- Хотели бы вы реально оказаться в такой ситуации? Как бы себя повели?
- А если бы от этого зависела ваша жизнь или жизнь другого человека? Какое качество для этого понадобится?

Вывод психолога. Человек думает о самоубийстве, когда не видит смысла в своем дальнейшем существовании, когда он не хочет быть, потому что быть – трудно. Жизнь требует мужества! Мы пришли к выводу, что альтернатива суициду – мужество бытия, мужество быть.

- *упражнение «Мужество быть»;*

На листочках бумаги ребятам предлагается цветными мелками отразить ощущения от фразы «Мужество быть», возникающие в их сознании. (Например: рыцарь в доспехах с оружием – защищенность и возможность противостоять; дерево под солнцем и под дождем – рост вопреки всему; дом – покой, уверенность; яблоко – целостность жизни, всех ее компонентов; лодка на волнах – выстоять вопреки.). Затем осуществляется работа с таблицей. Психолог предлагает вместе заполнить первую колонку таблицы, а вторую участники заполняют самостоятельно, затем записанные варианты обсуждаются.

Что входит в понятие «мужество быть»?	Какие качества для этого необходимы?
<ul style="list-style-type: none"> • согласие с миром; • понимание, что рождение и смерть – два объективных явления 	Терпимость, доброта.
<ul style="list-style-type: none"> • Стремление к цели; • сила; • выносливость; • способность выходить из любых ситуаций; • смелость не сойти со своего пути. 	Целеустремленность, сила воли, уверенность, самостоятельность, ответственность.
<ul style="list-style-type: none"> • Осознание несовершенства мира и общества; • ответственность за свои поступки; • любовь к жизни и к людям; • умение не ждать отдачи от других; • умение выделить самое важное и не страдать по пустякам; • стремление найти свое место, дело; • способность не унывать; • осознание самоценности человеческой жизни. 	Оптимизм, вера, терпение, надежда, любовь, мудрость, опыт, умение прощать, юмор.

Вопросы для обсуждения:

- Какие качества у вас уже есть?
- А какие вам понадобятся в первую очередь?
- *рефлексия;*

Ребятам предлагается закончить предложение: «Я рад, что...»

- *домашнее задание;*

Участникам предлагается написать мини-сочинение «Гроза в моей жизни».

- *«подарок» психолога;*

«Сказка о каретном мастере»

Когда старик расчищал землю под пашню, то оставил несколько дубов посередине поля. Именно из таких деревьев делал он колеса для экипажа. Оставленные наедине с ветром, они вырастали прочными, способными выдержать любые нагрузки.

Приветствуйте самые трудные испытания, потому что именно с ними приходят самые благоприятные возможности. Подобно старым дубам, вы становитесь сильными тогда, когда вступаете в схватку с неприятностями.

Как в этом мире дышится легко,

Скажите мне, кто жизнью не доволен,

Скажите, кто вздыхает глубоко,

Я каждого счастливым сделать волен.

Пусть он придет! Я должен рассказать,

Я должен рассказать опять и снова,

Как сладко жить...

Н.Гумилев

Упражнение-прощание «Спасибо за прекрасный день»

Один из участников становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!» Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается, и церемония завершится безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Занятие 3. «Я готов к испытаниям»

Живи так, как растет дерево, радуйся солнцу и знай, что в самую страшную грозу идет дождь и питает все живое (К. Черный).

Цель: развитие у подростков устойчивого стремления к позитивному восприятию.

Задачи:

- способствовать осмыслению подростками своих качеств;
- формировать умение конструктивного решения проблем;
- развивать стремление к реализации личностного потенциала.

Ход занятия:

- *упражнение-приветствие. «Здравствуй, я рад тебя сегодня видеть...»*

Ведущий предлагает взяться за руки и поприветствовать участников своих соседей справа словами «Здравствуй, я рад тебя сегодня видеть...». Начинает выполнение упражнения сам ведущий, далее его продолжают участники, сидящие справа.

- *упражнение «Жизнь прекрасна»;*

Учащимся предлагается закончить предложение: «Жизнь прекрасна, потому что...».

Психолог должен создать атмосферу оптимизма, обратить внимание на позитивные предложения.

- *обсуждение домашнего задания;*

Обсуждаются мини-сочинения, ведущий комментирует ответы учащихся.

- *анализ притчи о буре;*

Притча о буре

Когда-то один дворянин протянул струну от одной башни своего замка до другой, чтобы ветер превратил ее в арфу. Нежный ветерок играл вокруг замка, но музыка не рождалась. И вот однажды ночью разразилась буря. Замок содрогался, но та струна наполнила воздух чудесными звуками. Нужна была буря, чтобы вызвать музыку!

Вопросы для обсуждения:

- Какую роль сыграла буря в этой притче?

- Какие ассоциации возникают у вас при слове «буря»? (*Конфликт, развод, ссора, болезнь, смерть, предательство...*)
- Приведите подобные примеры из жизни или из художественных произведений, поговорки, пословицы. (*Не было бы счастья, да несчастье помогло. Нет худа без добра. Что ни делается – все к лучшему.*)

Психолог показывает, как решается проблема безвыходности, трудного положения в народном творчестве, в художественных произведениях. Подчеркивает, что все сложности разрешимы, главное – то, как человек к ним относится.

- *упражнение «Мяч»;*

Ведущий бросает мяч и формулирует ситуацию, а участник отвечает позитивно. Если группа не соглашается, то участник снова отвечает, и так до тех пор, пока не найдет позитивный способ разрешения проблемы.

Примеры ситуаций:

- получил двойку;
- поскользнулся и упал в людном месте;
- хочет на дискотеку, а надо сидеть с младшим братом (сестрой);
- конфликтует с учителем;
- дали кличку;
- потеря большой суммы денег (или дорогой вещи) и т.д.

В конце упражнения психолог должен сделать вывод: не бойтесь трудностей. У каждого человека всегда есть выбор: делать что-то легкое или то, что труднее. Главное, чтобы принятое решение вело вверх, а не тянуло вниз, чтобы после решения вы испытывали радость и удовлетворение от одержанной победы над слабостью и другими негативными качествами. Для этого нужно только осознание необходимости самосовершенствования и вера, что вы можете изменить себя.

- *упражнение «Помощь»;*

Участники занятия самостоятельно заполняют таблицу.

Вопросы	Ответы
Кто из твоих близких может тебе помочь в трудной ситуации? В чем должна заключаться эта помощь? Кому ты можешь помочь? В какой проблеме или ситуации? Чем ты можешь помочь человеку, оказавшемуся в трудной ситуации?	

Обсудить с участниками их ответы, подчеркнуть то, что необходимо многим людям, и окружающие могут оказать помощь в трудной ситуации.

- *упражнение «Чемодан»;*

Участникам предлагается представить, что они собирают чемодан в дорогу – только упаковывать нужно будет не вещи, а необходимые качества. Все предложенные качества ведущий записывает на доске.

Вопросы для обсуждения:

- Какие качества нужны сегодня молодому человеку, чтобы достойно, интересно жить и добиться чего-то важного в жизни?
- Какое главное качество вы возьмете себе?

- *упражнение «Жизненный сценарий»;*

Участникам предлагается написать свой жизненный сценарий (на выбор: планы на будущее, биография, автопортрет). Затем сценарии зачитываются и обсуждаются.

- *рефлексия;*

Ребятам предлагается заполнить анкету:

- Хочу сказать, что...
- Больше всего мне запомнилось...
- Теперь я...
- Мое настроение на всех трех занятиях (опиши или нарисуй).

- *«подарок» психолога;*

Ведущий раздает ребятам записки с законами общения.

- Будьте внимательным слушателем.

- Проявляйте эмпатию к окружающим.
- Другим людям тоже нужна ваша помощь.
- Улыбайтесь!
- Старайтесь быстро запоминать круг интересов вашего собеседника.
- Заражайте своим оптимизмом других.
- Меньше жалуйтесь...
- Проявляйте побольше юмора!
- Уважайте чужое мнение.
- Помните: в споре рождается истина, но в дискуссии она погибает.
- Демонстрируйте вашему собеседнику психологическую поддержку.
- Чаще пытайтесь понять другого, мысленно встать на его место.

Если вы будете следовать этим законам, то станете интересным и приятным собеседником, и многие люди будут искать дружбы с вами.

- *упражнение-прощание «Спасибо за прекрасный день!».*

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Интерактивные упражнения, дыхательные релаксационные техники и техники визуализации для профилактики агрессивного поведения у подростков

Упражнение «Что делать с агрессией и гневом»

Цель: осознание собственного агрессивного поведения.

«Инструкция: «Возьми лист бумаги и запиши на нем все, что делает тот человек, о котором можно сказать: «Да, он действительно агрессивный». Выпиши небольшой рецепт, следуя которому можно создать агрессивного человека.

Теперь подумай о том, какие элементы агрессивного поведения ты встречаешь в вашем классе. Что тебе кажется агрессивным? Когда ты сам проявляешь агрессивность? Каким образом ты можешь вызывать агрессию по отношению к себе?

Возьми еще один лист бумаги, раздели его вертикальной линией посередине. Слева запиши, как окружающие проявляют агрессию по отношению к тебе. Справа запиши, как ты сам проявляешь агрессию по отношению к другим».

Анализ упражнения:

- Бывают ли такие люди, которые проявляют свою агрессию не кулаками, а каким-то другим способом?
- Почему и дети, и взрослые так часто пытаются почувствовать свое превосходство, унизив других?
- Как ведет себя жертва агрессии?
- Как становятся жертвой? Что можно сделать, чтобы не быть жертвой?
- Как бы ты описал собственное поведение?» [31, с. 276].

Упражнение «Письмо гнева»

Попросите подростка подумать о том человеке, который вызывает у него злость и активное неприятие, а также о связанных с этим человеком ситуациях, где данное чувство проявлялось особенно остро.

Предложите подростку написать письмо этому человеку (чаще это один из родителей или оба родителя, одноклассник, педагог). Пусть в этом письме подросток честно и искренне расскажет, что он переживает, когда видит этого человека, когда слышит упреки, замечания, а возможно, и оскорбления в свой адрес, что ему хочется сделать в ответ.

Важно, чтобы подросток полностью выразил свои чувства, освобождаясь от них (предупредите подростка, что, кроме него, это письмо никто никогда не увидит и не прочтет).

После того как подросток напишет письмо, спросите его, что ему хочется сделать с ним: разорвать, скомкать, сжечь, просто выбросить, привязать к ниточке улетающего воздушного шарика и т.п. Важно не предлагать подростку варианты действий, а услышать его желание. Часто подростки хотят уничтожить письмо, символически освобождаясь от негативного чувства.

Анализ упражнения:

- Трудно ли тебе было писать письмо?
- Все ли ты высказал, или что-то осталось невысказанным?
- Изменилось ли твое состояние после написания письма?» [49, с. 83].

Упражнение «Безмолвный крик»

Цель: обучение навыкам самоконтроля и снятия напряжения.

«Инструкция: «Закрой глаза и трижды глубоко и сильно выдохни. Представь себе, что ты идешь в тихое и приятное место, где никто тебе не мешает. Вспомни о ком-нибудь, кто действует тебе на нервы, кто тебя злит или причиняет тебе какое-либо зло. Представь себе, что этот человек еще сильнее раздражает тебя. Пусть твое раздражение усиливается. Определи сам, когда раздражение станет достаточно сильным. Тот человек тоже должен понять, что больше раздражать тебя уже нельзя. Для этого ты можешь закричать изо всех сил, но так, чтобы этого никто не услышал. То есть кричать нужно про себя. Может быть, ты захочешь заорать: «Хватит! Перестань! Исчезни!» Открой рот и закричи про себя так громко, как только сможешь. В твоём потайном месте ты один, там никто не может услышать тебя. Закричи еще раз, и в этот раз ори еще громче! Ну вот, теперь хорошо...

А теперь снова вспомни о человеке, который осложняет тебе жизнь. Представь себе, что каким-то образом ты мешаешь этому человеку по-прежнему злить тебя. Придумай в своем воображении, как ты сможешь сделать так, чтобы он больше тебя не мучил (пауза – 1 мин.). Открой глаза и расскажи о том, что ты пережил».

Анализ упражнения:

- Смог ли ты в своем воображении крикнуть очень-очень громко?
- Кого ты представлял в образе твоего злого духа?
- Что ты кричал?
- Что ты придумал, чтобы остановить этого человека?» [31, с. 283].

Упражнение «Довольный – сердитый»

Цель: осознание своих чувств и возможности выбора поведения в зависимости от настроения.

«Инструкция: «Закрой глаза и задумайся о том, что ты делаешь, когда ты доволен, и что ты делаешь, когда сердит. Сначала представь себе, что ты доволен. Что ты тогда делаешь? Где ты находишься при этом? Кто находится рядом с тобой? Как ты чувствуешь себя в таких ситуациях? Где в своем теле ты ощущаешь, что ты доволен?»

Теперь представь себе, что ты рассержен. Что ты делаешь? Где ты? Кто находится рядом с тобой? Где в своем теле ты ощущаешь сердитость?»

Подумай, в каком настроении ты обычно бываешь чаще – в довольном или сердитом. Выбери из чувств то, которое ты испытываешь чаще. Теперь открой глаза, уже, будучи либо довольным, либо сердитым. Начни ходить по комнате, выражая это чувство всеми возможными способами.

Дыши гневно или довольно, двигайся в соответствии с этим настроением, издавая различные шумы и звуки, соответствующие этому чувству. Пожалуйста, выражай свое чувство, не стесняясь.

Теперь замри в тишине. Сейчас ты можешь медленно превратиться в противоположное состояние. Если сначала ты был сердитым, то теперь стань довольным, а если ты до этого был довольным, теперь будь сердитым. Веди себя так, как подобает этому новому чувству. Дыши и издавай соответствующие звуки...

Вновь замри в тишине и постарайся снова вернуться к первому чувству. Обрати внимание на то, что при этом изменяется в твоем теле, как меняется дыхание, что происходит с глазами, как меняются звуки, которые ты издаешь...

Снова остановись и замри. Теперь веди себя так, как тебе захочется. Придумай, как ты назовешь чувство, которое тебе сейчас хочется испытать».

Анализ упражнения:

- Какое чувство тебе было труднее всего выразить?
- Как происходит смена одного чувства другим?
- Какое чувство понравилось тебе больше всего? Что именно понравилось тебе в нем?
- Иногда мы можем изменять свои чувства. А тебе это удастся?» [4, с. 84].

Дыхательные релаксационные техники и техники визуализации для подростков, склонных к агрессивному поведению

Прежде чем приступить к релаксационным техникам, необходимо обучить подростков глубокому дыханию.

Расслаблению способствует медленное и глубокое дыхание с помощью диафрагмы. Подросткам предлагают сделать следующее:

а) при вдохе постараться наполнить воздухом живот, а потом, продолжая вдох, заполнить воздухом грудь. Когда подросток почувствует, что продолжать вдох далее ему тяжело, пусть слегка сожмет диафрагму (перед упражнением надо показать ему, где находится диафрагма) и плавно выдохнет, живот при этом начнет втягиваться;

б) когда подросток освоит дыхание животом с помощью диафрагмы, нужно обучить его задержке дыхания. Для этого, после того как он сделает вдох, пусть постарается не сразу выдохнуть воздух, а слегка задержать его и уже после плавно выдохнуть.

Глубокий вдох – задержка дыхания – плавный выдох.

Желательно постепенно довести вдох до пяти ударов пульса, задержку дыхания – до трех ударов, а плавный выдох – до пяти ударов пульса (5-3-5);

в) после того как подросток освоил глубокое дыхание с задержкой и со счетом, можно подключать к дыханию визуальные образы.

Для этого необходимо:

- сесть поудобнее или лечь;
- сделать глубокий вдох;
- при задержке дыхания представить человека, на которого разозлился (или ситуацию);
- выдохнуть свой гнев (злость) в виде облачка;
- сделать упражнение несколько раз.

Иногда на задержке дыхания у подростков возникает зрительный (символический) образ гнева (пусть они его тоже выдохнут в виде облачка);

г) когда подросток научился делать предыдущие упражнения, можно переходить к упражнениям с использованием мышечной релаксации.

Пусть подросток сядет поудобнее или, лучше, ляжет.

Попросите его представить ситуацию, которая злит, или человека, который вызывает данное чувство, и отметить, в каких частях тела при этом возникает наибольшее напряжение. Пусть подросток сообщит вам об этих напряженных зонах в своем теле. На первых порах (пока ребенок еще не освоился с данной техникой) нужно проследить, все ли участки тела ребенок отметил, так как их может быть несколько (например, шея, плечи, ноги).

После того как все участки тела будут определены, следует приступить непосредственно к упражнению по мышечному расслаблению. Расслаблять мышцы необходимо в такой последовательности: руки (кисть, предплечье, плечо); шея; живот; ноги; голова, в основном лицевая часть (рот, нос, лоб). Например, если ребенок чувствует напряжение в лобной части головы, руках и животе, то расслабляющие упражнения начинают с рук, потом работают с мышцами живота, а затем уже приступают к лицу (лоб).

Упражнение выполняется следующим образом.

1. Подросток уже удобно сидит или лежит:

- делает глубокий вдох;
- на задержке дыхания сильно напрягает мышцы того участка тела, с которым вы работаете, и представляет того человека, на которого разозлился;
- на выдохе в виде облачка выдыхает свой гнев (отпускает его). Затем какое-то время отдыхает.

Упражнение с каждым участком тела следует повторить 1-2 раза.

2. Затем переходят к следующему участку тела. И так до тех пор, пока все участки тела, которые отзывались на проблемную ситуацию, не будут проработаны.

3. Следует обсудить упражнение с подростком:

- что было легко сделать, а что трудно;
- как менялось его состояние в процессе работы;
- изменились ли его чувства к концу упражнения; если да, чем они отличаются от первоначальных.

Техника «Задействование выдоха»

Инструкция: «Сядь удобно, выпрямись, чтобы шея, голова и позвоночник являли собой одну прямую линию, не горбись, но и не напрягайся. Поставь ступни ног плотно на пол, кисти рук положи на колени (слово „бедр" подростков, особенно девушек, может напрячь) так, как тебе удобно. Ни руки, ни ноги не должны соприкасаться. Если ты можешь закрыть глаза – закрой, если нет, посиди с открытыми глазами. Сейчас нужно будет сосредоточиться на своем дыхании».

(Проводится одно-два дыхательных упражнения.)

«Расслабься, делая вдох – медленно, вдыхая столько, сколько можешь вдохнуть без напряжения. Затем так же спокойно выдыхай, тоже медленно, сколько можешь выдохнуть без напряжения. Выдоху удобно придать форму звука „а-а-а". Совершая его, постарайся ощутить чувство расслабления. Повторяй это упражнение в течение двух минут.

Открой глаза. Как ты себя чувствуешь? Что ты ощущал во время выполнения упражнения?

А сейчас снова закрой глаза и представь лицо самого любимого человека. Снова открой глаза.

Как самочувствие? Кого представлял? Какое сейчас настроение? И еще раз закрой глаза».

Техника «Переменное дыхание»

Инструкция: «Делай вдохи и выдохи, медленно пока не возникает напряжение. Медленно вдыхай носом, можешь при этом считать „один-два-три". Как только появится напряжение, делай выдох. Выдыхай ртом, также до ощущения напряжения, тоже можешь считать. Постарайся, чтобы

выдохи были несколько длиннее вдохов, если выдыхать трудно, можешь несколько приоткрыть рот. Повторяй это упражнение в течение двух минут.

Открой глаза. Как ты себя чувствуешь? Что ты ощущал во время выполнения упражнения? А сейчас снова закрой глаза и представь лицо самого любимого человека.

Снова открой глаза, как самочувствие, кого представлял, какое сейчас настроение? И еще раз закрой глаза».

Техника «Переменно-ноздревое дыхание»

Инструкция: «Сядь удобно, выпрямись, чтобы шея, голова и позвоночник являли собой одну прямую линию, не горбись, но и не напрягайся. Поставь ступни ног плотно на пол, кисти рук положи на колени так, как тебе удобно. Ни руки, ни ноги не должны соприкасаться. Если ты можешь закрыть глаза, закрой, если нет — посиди с открытыми глазами. Сейчас нужно будет сосредоточиться на своем дыхании.

Зажми пальцем правую ноздрю, а через левую выдыхай столько, сколько можешь вдохнуть без напряжения. Затем без паузы начинай вдох – тоже до появления напряжения. Как только оно появится, зажми пальцем левую ноздрю и медленно выдыхай через правую. Затем без паузы вновь вдыхай. Повторяй этот цикл в течение двух минут».

Открой глаза. Как ты себя чувствуешь? Что ты ощущал во время выполнения упражнения?

А сейчас снова закрой глаза и представь лицо самого любимого человека.

Снова открой глаза; как самочувствие, кого представлял, какое сейчас настроение?

И еще раз закрой глаза».

Упражнение-визуализация «Прогулка на теплоходе»

«Представь, что ты находишься на борту красивого современного белого теплохода. На борту этого лайнера тебе предстоит путешествие по самому сказочному, теплому, бескрайнему и безопасному морю на Земле. Ты поднимаешься по трапу и с каждым шагом чувствуешь, как приближается приятное, таинственное долгожданное путешествие. Ты ходишь по кораблю, поднимаешься на самую верхнюю палубу.

Ты чувствуешь, как теплый морской ветерок обдувает плечи и лицо. Ты вдыхаешь солоноватый запах моря. Солнце своими теплыми лучами окутывает твоё тело. Этой энергией солнца наполняется каждая клеточка твоего тела. Уходят напряжение и скованность. Движения становятся медленными, ленивыми. Ты подходишь к борту теплохода, смотришь, как медленно удаляется берег, он становится все меньше и меньше. Вместе с ним остались твои невзгоды, плохое настроение, однообразие, усталость.

Ты поворачиваешь голову в сторону моря и понимаешь, что сейчас тебя ничто не беспокоит. С каждым вдохом тебе становится легче, душа наполняется чувством радости и беззаботности».

Упражнение-визуализация «Летнее поле»

«Представь себе, что ты идешь по летнему залитому солнцем полю. Поле усыпано цветами, словно мягкий разноцветный ковер.

Ты чувствуешь теплый воздух. Легкий ветерок приятно овеивает твоё лицо. Ты вдыхаешь легкий аромат цветов, слышишь, как поют птицы. Посмотри, какие красочные цветы вокруг: красные, голубые, желтые – они радуют твой взгляд.

Ощути, как с каждым вдохом тебе становится легко. Ты чувствуешь, как прозрачная энергия цветов заполняет тебя.

С этим ощущением ты легко и свободно взлетаешь над полем. Ощути, как легко и свободно ты летишь. Почувствуй, как твои мысли становятся спокойными и безмятежными, спокойствие полностью охватывает тебя.

Теперь ты опускаешься ближе к цветам. Протягиваешь к ним руки. Чувствуешь, какие цветы мягкие и нежные. Ты опускаешься и снова стоишь на поле.

Глубоко вдохнув, ты чувствуешь, как легкая энергия наполнила каждую клеточку твоего тела.

Оглянись вокруг еще раз, запомни все, что видишь и ощущаешь.

Картинка медленно растворяется, поле исчезает, и ты медленно и спокойно открываешь глаза».

Упражнение-визуализация «Горы»

«Теплый солнечный летний день. Ты сидишь на горной лужайке, покрытой зеленой мягкой травой. Твоя спина опирается на нагретый солнцем камень. Вокруг тебя возвышаются

величественные горы. В воздухе пахнет согретой солнцем травой, доносится легкий запах цветов и нагретых за день скал. Легкий ветерок ерошит твои волосы, нежно касается лица.

Ты оглядываешься вокруг. Со своего места ты видишь горный хребет, простирающийся вдаль, за горизонт. Солнечный луч плавно скользит вдоль склонов. Далеко впереди, почти за пределами слышимости, с каменного уступа медленно падает вода горного потока.

Вокруг стоит удивительная тишина: ты слышишь лишь далекий, чуть слышный шум воды, жужжание пчелы над цветком, где-то поет одинокая птица, ветер легко шелестит травой. Ты чувствуешь, каким спокойствием и безмятежностью дышит это место. Уходят заботы и тревоги, напряжение. Приятный покой охватывает тебя.

Ты поднимаешь глаза и видишь над собой небо, такое ясное, синее, бездонное, какое может быть только в горах. В синей вышине парит орел. Почти не шевеля могучими крыльями, он словно плывет в безграничной синеве. Ты смотришь на него и случайноловишь его взгляд. И вот уже ты — орел, и твое тело легко и невесомо. Ты паришь в небе, оглядывая землю с высоты полета, запоминаешь каждую подробность».

Упражнение-визуализация «Летний дождь»

«Представь, что ты стоишь на опушке леса. Перед тобой раскрывается великолепный вид на летний лес, залитые солнцем луга.

Воздух раскален от солнца и наэлектризован. Нет ни малейшего ветерка. Душно. Все замерло в ожидании дождя. Ты чувствуешь, как подул слабый ветерок. Вот он становится все сильнее и сильнее. Солнце закрыла череда грозовых туч.

Почувствуй порывы пронизывающего ветра. Ощути, как ветер уносит все ненужное: беспокойство, разочарование, тревогу. Сроднись с ветром. Почувствуй его силу и энергию. Теперь это твоя сила, твоя энергия.

Вот хлынул теплый летний ливень. Его прозрачные струи омывают тебя, принося с собой чистоту и ясность, наполняя тебя новой жизнью, новыми идеями.

Ты видишь, как дождь стихает. Небо очищается. Ты видишь, как вновь светит солнце, и чувствуешь себя обновленным, бодрым и уверенным».

Упражнение-визуализация «Подъем на гору»

«Ты видишь себя в долине. Неподалеку от тебя высится большая гора, и ее вид вызывает у тебя чувство приподнятости... Ты чувствуешь, что тебе необходимо подняться на эту гору...

Тыходишь к началу крутой тропы, ведущей вверх, и начинаешь медленно подниматься по ней. Ты идешь медленно и впитываешь все, что видят глаза: склон, камни, деревья, кустарники...

Постепенно ты начинаешь ощущать, как накапливается усталость в мышцах тела, особенно в мышцах ног, но по-прежнему продолжаешь подниматься...

Тропа заканчивается, перед тобой только вершина и каменный склон, по которому можно добраться до нее...

Ты продолжаешь подниматься, карабкаясь по камням.

Склон становится все круче и круче, и тебе постоянно приходится помогать себе руками...

Ты продолжаешь подниматься, воздух становится более прохладным и разреженным...

Ты поднялся уже очень высоко, до уровня облаков... Они уже окружили тебя, и ты не видишь ничего, кроме обволакивающей белой дымки...

Путь все труднее, ты медленно и осторожно поднимаешься, хватаясь руками за камни... Дыхание становится более частым...

Облака рассеиваются, ты поднялся уже очень высоко, воздух становится еще холоднее... Однако ты чувствуешь себя хорошо...

Ты поднялся на вершину, тебя охватывает чувство радости и необычайного подъема.

Ты осматриваешься вокруг, смотришь вниз и видишь долину, из которой начинал свой путь... Тебя охватывает чувство радости и гордости, ощущение успешно пройденного пути и удовлетворение от того, что ты достиг намеченной цели. Запомни эти ощущения...

Теперь медленно и спокойно спускайся.

Спуск проходит быстро и гладко, и вот уже ты стоишь внизу, по-прежнему сохраняя чувство радости от достижения цели и ощущение победы над собой и обстоятельствами.

Запомни это чувство...»

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Программа тренинга «Живое общение»

для подростков, склонных к зависимости от социальных сетей, игровой и телевизионной зависимости

МОДУЛЬ 1. Коммуникативные навыки для подростков

ЗАНЯТИЕ 1. «Включаемся в живое общение!»

Цель: создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия.

ПРИНЯТИЕ ПРАВИЛ ГРУППОВОЙ РАБОТЫ

Цель: выработка правил, по которым будет проходить каждое занятие.

Ведущий рассказывает участникам, что несколько человек, которые объединяются в группу для реализации какой-либо деятельности, всегда действуют по правилам. Если эти правила предварительно не обсуждаются и не принимаются, в группе могут возникать разногласия и конфликты. Чтобы их не было в данной группе, ведущий предлагает принять правила. Они записываются на листе ватмана и оставляются на видном месте до окончания всех занятий.

Ведущий озвучивает основные пункты, к которым участники делают дополнения:

1. То, что происходит в группе, не должно негативно влиять на взаимоотношения.
2. Нельзя унижать и оскорблять.
3. Нельзя употреблять нецензурные выражения.
4. Обращаться друг к другу только по имени.
5. Говорить по одному, при желании высказаться необходимо поднять руку.
6. Указания тренеров не обсуждаются.
7. Нельзя выходить из группы без разрешения тренеров и т. д.
8. Кроме того, определяются штрафные санкции для нарушителей. Вывод участника за дверь является крайней мерой наказания.
9. Самым оптимальным наказанием за нарушение правил является лишение права голоса на одно упражнение. Обычно подростки достаточно тяжело переживают, что им не разрешают высказать свое мнение, и этот фактор позволяет поддерживать дисциплину в группе.

Заметки для ведущего.

Необходимо, чтобы подростки сами предлагали большинство пунктов правил. Это мотивирует их на выполнение: «Меня не заставляют, а я сам так решил».

УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «ПРЕДСТАВЬ СВОЕ ИМЯ»

Цель: осуществление эмоционального разогрева.

Ведущий предлагает участникам представиться как актеру немого кино с помощью мимики и жестов. Можно представить не только свое имя, но и свою внешность, манеру одеваться, вести себя. Главное, чтобы это было узнаваемым.

Заметки для ведущего.

В группе обычно есть стеснительные ребята, опасющиеся негативной оценки со стороны других подростков. В этом случае им нужно оказать помощь в представлении себя, например, ведущий может в паре с подростком представить его.

УПРАЖНЕНИЕ «ОБЪЯВЛЕНИЕ ОБ ОБЪЯВЛЕНИИ»

Цель: развитие умения заявлять о себе.

Ведущий предлагает участникам дать объявление о себе в газету. Объявления должны быть короткими, но нести максимум информации об авторе. Затем объявления зачитываются, и проводится обсуждение, что является основным: желание помочь кому-то, получить что-то или заявить о своих способностях. Ведущему здесь важно подчеркнуть, что совершенно не важно, хотел ли подросток похвалиться своими способностями или объявить о своем стремлении помогать другим, главное - он о себе заявляет.

Заметки для ведущего

Нужно напомнить ребятам о правилах: в объявлении не должно содержаться информации аморального или жестокого характера. Некоторые подростки, бравируя, предлагают в объявлении далеко не безобидные услуги. Застенчивым ребятам нужно помочь, так как зачастую из-за заниженной самооценки они не могут найти в себе чего-то положительного, что могло бы заинтересовать других людей.

УПРАЖНЕНИЕ «СКОЛЬКО ТЫ ВЕСИШЬ?»

Цель: обнаружение зависимости физического состояния от эмоционального настроения.

Участникам предлагается походить по комнате, представляя себя в следующих ситуациях, каждый раз стараясь погрузиться в соответствующее состояние: получил плохую оценку, учитель похвалил за хорошую работу, родители вручили подарок, поругался с другом, подружка, наконец-то, приехала из отпуска, родители не пускают гулять. После этого обсуждается внутреннее ощущение собственного веса в случае различных переживаний: неудача, плохое самочувствие, испорченное настроение наполняют человека тяжестью — он с трудом передвигает ноги, руки не поднимаются, голова не держится, все тело налито свинцом. Радость, влюбленность, счастье дают ощущение полета, невесомости. Ведущий договаривается с ребятами, что они в процессе занятий могут говорить о своем самочувствии в килограммах или тоннах.

Заметки для ведущего.

Это упражнение предлагает замечательный диагностический параметр для оценки в последующей работе ощущений и впечатлений от отдельного упражнения или полного занятия каждым участником. Можно сделать табличку, в которой в конце каждого занятия можно было бы отмечать «вес» каждого подростка.

УПРАЖНЕНИЕ «ОСТРОВ»

Цель: развитие ответственности за других членов группы.

На полу из старых газет выкладывается маленький остров. Ведущий объявляет, что группа, попавшая на этот островок, должна дождаться спасателей. Все участники встают на «остров», передвигаются по нему. Начинается «прилив» (ведущий убирает часть газет), «остров» уменьшается, подростки уже не могут двигаться, а только стоят на «острове». Затем убирается еще часть газет, «остров» становится совсем маленьким. Ведущий уменьшает «остров», насколько это возможно. Наконец, прибывают спасатели и оставшиеся в «живых» и «утонувшие» переправляются на материк — рассаживаются на стульях.

В последующем обсуждении ребята высказываются, чего им хотелось больше, самим удержаться на «острове» или удержаться вместе. И то и другое правильно. В первом случае работает инстинкт самосохранения, заложенный в нас природой. Но ведь в некоторых случаях человек не может выжить один, даже среди людей. Поэтому нужно почаще заботиться не только о себе любимом, но и о тех, кто находится рядом.

Заметки для ведущего.

В группе может оказаться «изгой», которого ребята будут специально выталкивать с «острова». В этом случае следует, не останавливая игру, бросить ему «спасательный круг» - подстелить кусок газеты. В обсуждении необходимо обязательно спросить ребят, почему они не спасали, а специально выбросили с острова этого участника. Если бы ситуация была не игровая, а настоящая, они поступили бы так же? Этот вопрос должен «повиснуть в воздухе», не стоит ждать ответа, поскольку, скорее всего, он будет неискренним. Пусть ребята окажутся наедине с этим вопросом.

УПРАЖНЕНИЕ «ЛАДОШКА»

Цель: повышение самооценки, обучение подростков умению находить в других людях положительные качества.

На листе бумаги каждый участник обводит ладошку и внутри контура пишет качество, которое нравится в самом себе. Листки передаются по кругу, а остальные участники дописывают те качества, которые нравятся в хозяине ладошки. Листки необходимо подписать. Когда «ладошки» вернутся к своему хозяину, все ребята благодарят друг друга. Обязательно необходимо зафиксировать внимание участников на том, что пишутся только положительные качества.

Заметки для ведущего.

Если в группе уже выявлены изгои, то их «ладошки» могут оказаться пустыми или с оскорблениями. Чтобы предотвратить это, нужно объявить всем, что если они не могут найти положительное в других, значит, они ненаблюдательны, ведь не бывает такого, чтобы в человеке не было ничего хорошего.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Участники по кругу высказываются о том, как они себя чувствовали на занятии, что понравилось, что нет. Можно предложить определить свой «вес».

ЗАНЯТИЕ 2. «Я в процессе общения»

Цель: формирование адекватной самооценки.

УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «КАЛЕЙДОСКОП»

Цель: эмоциональный разогрев, создание предпосылок к осознанию внутренних и внешних проявлений эмоциональных переживаний.

Ведущий просит каждого участника представить себя какой-либо частью тела. Затем он называет одну за другой эмоции, а участники должны их выразить той частью тела, которую выбрали.

После выполнения задания участники делятся своими наблюдениями, чем и какие эмоции было легче передавать. Как правило, оказывается, что человек в основном показывает свои эмоции позы, мимикой и жестами. Даже не замечая этого, большинство людей помогают себе в диалоге мимикой и жестами. Поэтому легче выразить чувства руками и лицом, но никак не животом или спиной. Вот поэтому не у всех получилось выполнить это задание либо это оказалось забавным, и это нормально.

Заметки для ведущего.

У ребят могут возникнуть трудности в выражении эмоций, нужно сказать, что в этом ничего страшного нет, а почему, они узнают в конце упражнения. Застенчивым ребятам может помочь кто-то из группы или сам ведущий. Очень часто ребята смеются. Действительно, когда та или иная эмоция выражается совершенно необычным способом, это выглядит смешно. Нужно не останавливать смех, а смеяться вместе с ними.

УПРАЖНЕНИЕ «ЕСЛИ БЫ Я БЫЛ...»

Цель: формирование навыков самораскрытия.

Каждый участник выбирает себе какую-либо вещь (мороженое, абажур, стул, ручку и т. д.) и погружается в ее мир, воображает себя этой вещью, ощущает ее «характер». От лица этой вещи он рассказывает, как она себя чувствует в окружающем мире. О ее заботах, ее прошлом и будущем. Рассказывая о постороннем случайном предмете, участники невольно говорят о себе, что ведет к самораскрытию и формированию навыков управления своими эмоциями.

Заметки для ведущего.

Следует напомнить ребятам о правилах: должны быть выбраны только те предметы, которые не шокируют остальных. Застенчивым в этом упражнении может потребоваться помощь.

УПРАЖНЕНИЕ «МОЙ СОСЕД СЛЕВА»

Цель: развитие умения находить положительные качества в других людях.

Ведущий предлагает участникам внимательно посмотреть на соседа слева и назвать то, что у того хорошо получается. Круг должен замкнуться. По окончании ведущий спрашивает, приятно ли было слышать от других положительные оценки своих умений.

Заметки для ведущего.

Могут возникнуть затруднения в отношении изгоев. Нужно напомнить ребятам, что не бывает так, чтобы человек ничего не умел делать.

УПРАЖНЕНИЕ «МОИ СИЛЬНЫЕ И СЛАБЫЕ КАЧЕСТВА»

Цель: формирование навыков адекватной самооценки.

Участникам предлагается разделить лист бумаги пополам и написать на одной стороне свои сильные качества, а на другой - слабые. Желаящие могут зачитать их, но нельзя заставлять подростков делать это без желания. Ведущий предлагает сравнить количество сильных и слабых черт и подумать, можно ли избавиться от некоторых своих слабостей, и если да, то что для этого нужно предпринять. Очень важно объяснить ребятам, что всегда можно избавиться от того, что не нравится в себе, главное, понять, что хочется изменить в себе, а вариант, как это сделать, можно найти всегда,

Заметки для ведущего.

Ребята с заниженной самооценкой очень часто не могут найти в себе сильных качеств, ведущий должен помочь им.

УПРАЖНЕНИЕ «ХРОМАЯ ОБЕЗЬЯНА»

Цель: снижение эмоционального напряжения.

Участникам предлагается представить себе хромого обезьяну, ее ужимки, походку. Затем ведущий говорит, что он запрещает думать об этой обезьяне в течение двух минут, и засекает время. Засмеявшиеся выходят в середину круга. В конце концов, все участники оказываются там и вместе весело смеются.

Заметки для ведущего.

В группе могут оказаться «провокаторы», поэтому следует предупредить ребят, что изобразить хромого обезьяну не нужно, важно просто не думать о ней.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

В группе обсуждается занятие, что понравилось, что нет. Сколько «весит» каждый участник.

ЗАНЯТИЕ 3. «Какой я в общении?»

Цель: осознание причин выбора модели поведения в различных ситуациях.

УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «РАЗОЖМИ КУЛАК»

Цель: эмоциональный разогрев.

Участники разбиваются на пары: один сжимает кулак, а второй пытается разжать пальцы за одну минуту. Потом партнеры меняются ролями и ситуация повторяется.

Далее следует обсуждение, кому и как удалось это сделать. Возможны варианты: силой, просьбой, легкими поглаживаниями.

Можно рассказать притчу: «Поспорили солнце и ветер, кто из них сильнее. По степи шел путник, и ветер сказал: “Кто сумеет снять с путника плащ, тот и сильнее”. Стал ветер дуть, он очень старался, а добился того, что путник лишь сильнее закутался в свой плащ. Тогда выглянуло солнышко и согрело путника своими лучами, он сам и снял плащ».

Ведущий задает вопрос: «Всегда ли можно добиться своего силой? Как это можно сделать по-другому?»

Заметки для ведущего.

Следует предупредить ребят, что не нужно ломать пальцы партнера, разжимать кулак надо, не причиняя боли.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ГЕРОЕВ»

Цель: развитие умения понимать себя и других людей по поведению.

Участникам предлагается вспомнить героев сказки про Винни-Пуха и охарактеризовать их. Характеристики записываются на доске. Пятачок - зависим и не уверен в себе, не умеет противостоять влиянию. Кролик - активно навязывает другим свою точку зрения, считает, что он знает все, требует подчинения. Ослик Иа - не верит в собственные силы, ожидает неудачи, пессимистично смотрит на мир.

Заметки ведущему.

Может оказаться, что ребята не читали сказку и не видели мультфильм про Винни-Пуха. Это необходимо предусмотреть и перед упражнением продемонстрировать им фрагменты мультфильма «Винни-Пух идет в гости» и «День рождения Иа».

УПРАЖНЕНИЕ «ПРОБЛЕМЫ ГЕРОЕВ»

Цель: развитие навыка справляться с проблемами поведения.

Участникам предлагается подумать и озвучить, что нужно изменить в себе Пятачку, Кролику и Иа. С участниками обсуждается, как героям нужно воплотить данные рекомендации в жизнь. Пятачку надо научиться говорить «нет» и отстаивать свою точку зрения. Кролику следует научиться просить и принимать отказ. Ослику необходимо поверить в собственные силы и научиться разрешать ситуации.

УПРАЖНЕНИЕ «УШИ - НОС»

Цель: развитие способности сохранять спокойствие в стрессовой ситуации.

Ведущий рассказывает, как важно сохранять спокойствие в ситуации, когда в адрес человека кто-то кричит, обвиняет, оскорбляет, насколько полезно порой не заразиться чужой агрессией и не ответить криком на крик. Можно предложить ребятам вспомнить ситуации, когда они заражались чужой агрессией в конфликтах. Что из этого получилось? Чтобы конфликты не перешли во вражду, нужно уметь внутренне отстраниться от стрессовой ситуации и настроиться на конструктивное разрешение.

Участники разбиваются на пары, один будет Пятачком, второй - Кроликом. Кролик кричит и обвиняет, Пятачок очень этого боится, ему нужно научиться держать удар. Его задача - не слушать Кролика, а наблюдать за движениями кончиков его ушей или носа и запоминать свои мысли и чувства, возникающие в это время. На упражнение дается две минуты, затем участники меняются ролями.

Вопросы для обсуждения:

1. Какие чувства испытывали партнеры в ролях?
2. Трудно ли было выполнить задание и почему?
3. Что нужно сделать, чтобы прекратить нападки Кролика?

Заметки для ведущего.

Ребята разбиваются на пары по собственному желанию, если кто-то оказался без пары, его партнером становится ведущий. Если никто не хочет вставать в пару с изгоем, его партнером также должен быть ведущий.

УПРАЖНЕНИЕ «ПОСИДИТЕ ТАК, КАК СИДИТ...»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Ведущий предлагает участникам посидеть на своих стульях так, как сидели бы: король, курица на насесте, начальник милиции, преступник на допросе, судья, жираф, маленькая мышка, слон, пилот, бабочка и т.д. Это упражнение очень смешное, не нужно останавливать смех и «клоунов», лучше посмеяться вместе с ребятами.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Обсуждается занятие и «измеряется вес».

ЗАНЯТИЕ 4. «Что нужно в процессе общения?»

Цель: формирование навыков определения своей позиции в затруднительных ситуациях.

УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «ЭТО Я»

Цель: эмоциональный разогрев.

Один участник выходит на середину. Его задача - одним жестом передать свой характер или какую-то черту. Остальные должны угадать, что он хотел сказать. Угадавший занимает его место. Ведущие выходят по желанию, не нужно в этом упражнении «принуждать» ребят. Если вначале желающих не находится, ведущий показывает пример сам.

УПРАЖНЕНИЕ «ДА - НЕТ»

Цель: осознание ощущений, возникающих в момент отстаивания позиции, поиск невербальных признаков собственного уверенного поведения.

Участники разбиваются на пары, один произносит слово «да», другой - «нет», голос должен постепенно повышаться. При этом каждый занимает позу, в которой чувствует себя уверенно. Задача - убедить партнера.

Вопросы для обсуждения:

1. Удалось ли переубедить партнера, не крича при этом и не изменяя позы?
2. Какая была поза, помогла ли она?
3. Как ее воспринимал ваш партнер?
4. Как вы думаете, захочет ли этот человек вновь встретиться с вами?
5. Как, на ваш взгляд, выглядит уверенный человек?
6. В чем это проявляется?
7. А можно ли отказать человеку и при этом сохранить с ним хорошие отношения?

Заметки для ведущего.

Лучше, если участники распределятся на пары с соседом. Партнером «лишнего» участника должен стать ведущий.

УПРАЖНЕНИЕ «СКАЖИ “НЕТ”»

Цель: формирование навыков достойного отказа.

Вызываются добровольцы: один будет требовать что-то им задуманное, а второй попытается ему отказать. Если необходима поддержка, то можно позвать на помощь других участников. На разыгрывание сценки дается 5 минут.

Вопросы для обсуждения:

1. Когда было легче добиться своего, отказывая или требуя?
2. Помогли ли достичь цели помощники?
3. Нужно ли в реальной жизни, отстаивая свою позицию, привлекать кого-то на помощь?

Заметки ведущему.

Нужно предупредить добровольцев, что должны выбираться такие ситуации, в которых трудно отказать. Можно оказать помощь в выборе ситуации.

УПРАЖНЕНИЕ «НОЖ И МАСЛО»

Цель: развитие умения преодолевать страх перед неприятной ситуацией.

Участники встают в два ряда друг против друга, поднимают правую руку и ритмично одновременно передвигают ее вверх-вниз, как нож. Каждый по очереди должен пройти через этот строй. Закончивший путь встает в конец строя, а стоящий в начале - проходит через шеренгу.

Вопросы для обсуждения:

Как было легче избежать удара - продумав свой путь или бросившись бежать не думая? Подростков необходимо вывести на осознание необходимости планирования действий в сложных ситуациях.

Заметки для ведущего.

Следует предупредить ребят, что нельзя наносить удары, нужно просто поднимать и опускать руку. Кто будет замечен в специальном нанесении боли проходящему через строй, выводится из шеренги.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Обсуждается занятие.

ЗАНЯТИЕ 5. «Итак, о «живом» общении...»

Цель: актуализация знаний, приобретенных на модуле.

УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «АТОМЫ»

Цель: эмоциональный разогрев.

Участники с закрытыми глазами передвигаются по комнате и, сталкиваясь, пытаются разрешить конфликт.

Заметки для ведущего.

Необходимо предупредить ребят, что специально толкаться запрещается.

УПРАЖНЕНИЕ «СИТУАЦИЯ В АВТОБУСЕ»

Цель: развитие умения анализировать ситуации.

Участникам предлагается вспомнить ситуацию конфликта любого человека с кондуктором автобуса и проанализировать ее.

Заметки для ведущего.

Ребятам проще анализировать ситуации, когда они являются не ее участниками, а лишь наблюдателями.

УПРАЖНЕНИЕ «АНТИВРЕМЯ»

Цель: обучение способам избегания конфликтных ситуаций.

Участникам предлагается вспомнить неприятную ситуацию и рассказать о ней. Затем нужно подробно обсудить эту ситуацию, восстанавливая ход событий от конца до начала.

Вопросы для обсуждения:

1. Где находится узел конфликта?

2. Как можно было его избежать?

Далее ситуация разыгрывается по другому сценарию с исправлениями.

3. Нужно спросить у подростков: если бы они заранее планировали свое поведение, изменилось ли что-либо в их жизни? Избегание конфликтов - это не проявление слабости, а поступок умного, зрелого человека.

Заметки для ведущего.

Если занятия ведутся классным руководителем, то очень хорошо разобрать ситуацию конфликта в классе.

УПРАЖНЕНИЕ «НЕОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ»

Цель: формирование умения принимать оценку себя со стороны.

Участникам дается вводная ситуация: на необитаемый остров забрасывается группа из трех человек, задача - выжить. А выжить можно только рядом с людьми, которые умеют что-то делать, обладают замечательными личными качествами. Каждый из участников должен выбрать себе двух напарников и объяснить свой выбор. Одни и те же ребята могут выбираться несколько раз. В заключение ведущий говорит, что ему хотелось бы взять на остров с собой всех ребят, потому что они все необыкновенные и обладают огромным количеством прекрасных человеческих качеств.

Заметки для ведущего.

В группе могут оказаться ребята, которых ведущего не выбрал никто, в этом случае на «необитаемый остров» с ними отправляется ведущий, объясняя свой выбор.

УПРАЖНЕНИЕ «ЧЕМОДАН»

Цель: закрепление полученных навыков, осознание их ценности.

Ведущий объявляет, что первый модуль занятий подошел к концу. На занятиях участники приобрели определенные навыки, опыт. Им предлагается собрать для себя «чемодан» того, что они приобрели на занятиях и что хотели бы реализовать в жизни. Все предложения записываются на бумаге, зачитываются и передаются ведущему.

МОДУЛЬ 2. Первичные навыки межличностного общения

ЗАНЯТИЕ 6. «Как я общаюсь?»

Цель: знакомство с базовыми навыками общения; обучение умению разделять вербальные и невербальные элементы общения.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРИВЕТСТВИЕ»

Цель: эмоциональный разогрев.

По очереди каждый из участников, обращаясь к соседу, с чувством радости от встречи произносит: «Здравствуй, (имя), ты представляешь...», - и заканчивает фразу, рассказывая что-то смешное и интересное.

УПРАЖНЕНИЕ «ЗЕРКАЛО»

Цель: развитие чувствительности к невербальным средствам общения.

Группа разбивается на пары. В каждой паре один - ведущий, второй - «зеркало». Ведущий начинает медленно выполнять какие-то движения, «зеркало» старается их повторить. Потом участники меняются ролями.

Вопрос для обсуждения:

Какими способами мы общаемся?

Делается вывод о том, что общение может быть разным, но возможно и без слов; о необходимости быть внимательным к невербальным элементам общения.

Рассказ ведущего о культурных различиях в языке жестов и поз.

УПРАЖНЕНИЕ «РАЗГОВОР ЧЕРЕЗ СТЕКЛО»

Цель: развитие чувствительности к невербальным средствам общения.

Группа разбивается на пары. Первым номерам дается задание попытаться без помощи слов позвать в кино вторых, вторым выяснить у первых задание по математике. Причем первые номера не знают, что было предложено вторым, и наоборот. Участники пытаются договориться между собой так, словно между ними находится толстое стекло, через которое они не могут слышать друг друга.

Вопросы для обсуждения:

Поняли ли они друг друга, смогли ли договориться?

Спросить наиболее успешных игроков, как им это удалось.

ОЦЕНКА ГРУППЫ ПО КОММУНИКАТИВНЫМ КАЧЕСТВАМ

Каждый участник дает оценку коммуникативных качеств своего соседа. В конце каждый участник либо соглашается, либо опровергает сказанное про него, объяснив при этом свое несогласие.

УПРАЖНЕНИЕ «Я ТЕБЕ ДОВЕРЯЮ»

Цель: создание существующей в группе структуры доверия прозрачной.

Каждый участник получает белую карточку, на которой он должен написать свое имя. После этого положить ее на пол перед собой. Затем каждый получит две наклейки - красную, которая означает доверие, и синюю, означающую недоверие. Задание состоит в том, чтобы понять, кому из членов группы участник доверяет в наибольшей степени, а кому не доверяет. Затем участники передают соответствующие наклейки тем людям, которых выбрали. Сначала каждый участник прикидывает, сколько красных и сколько синих наклеек может получить он сам, и записать эти числа на обороте своей карточки. Затем участникам следует закрыть глаза. Ведущий слегка толкнет одного из участников, который встает и распределяет свои наклейки. Вернувшись на свое место, он закроет глаза и слегка толкнет своего соседа, чтобы тот, в свою очередь, встал и распределил свои наклейки.

Вопросы для обсуждения:

1. В какой мере ваш прогноз совпал с фактически полученным вами количеством наклеек?
2. Как вы думаете, от кого вы получили красные, а от кого синие наклейки? Подтвердилось ли ваше предположение?
3. Какие выводы вы сделаете для себя из этого упражнения?

Заметки для ведущего.

Условием его выполнения является готовность участников откровенно обсуждать эти проблемы.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Обсуждается занятие.

ЗАНЯТИЕ 7. «Различаю поведение других»

Цель: знакомство с понятием уверенности в себе, неуверенности и агрессивности; развитие умения различать демонстрируемое другими такого поведения в конкретных ситуациях.

УПРАЖНЕНИЕ «ЛОВЛЯ МОЛИ»

Цель: эмоциональный разогрев.

Ведущий указывает на одну из участниц игры, представляя ее как «хозяйку, которая пригласила нас в гости». У нее в доме развелось много моли. Она пригласила нас для того, чтобы все мы вместе помогли ей избавиться от моли. Далее ведущий предлагает всем участникам группы «убить по 10 штук моли» и демонстрирует «убивание моли» хлопками в воздухе, хлопанье по плечам и головам участников, по вещам в помещении и т. п. Он побуждает всех членов игры принять участие в этом действии.

УПРАЖНЕНИЕ «ГОСТИ» («ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ»)

Цель: развитие умения различать демонстрируемое другими уверенного, неуверенного, агрессивного поведения.

Каждому из гостей вручается билетик, в котором указано, как себя вести в этой игре. Содержание билетика хранится втайне до конца игры, и лишь потом, во время обсуждения, можно признаться, что кому было велено делать.

Среди всех ролей есть неуверенный в себе человек, агрессивно настроенный, уверенный в себе человек.

Вопросы для обсуждения:

1. Какие типы поведения были продемонстрированы?
2. Приходилось ли вам испытывать неуверенность в себе?
3. В каких ситуациях?

4. Что такое уверенность в себе?

УПРАЖНЕНИЕ «НАЧАЛЬНИК - СОТРУДНИК - ПОДЧИНЕННЫЙ»

Цель: выявление критериев уверенного, неуверенного, агрессивного поведения.

Участники работают в парах. Задача - обратиться к напарнику с просьбой, демонстрируя различные способы поведения:

- более уверенно, ставя себя выше;
- уступая собеседнику, как бы подчиняясь;
- с чувством собственного достоинства, но без вызова.

Каждый участник должен попробовать себя во всех вариантах.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Обсуждается занятие.

ЗАНЯТИЕ 8. «Понимаю, что происходит в процесс общения»

Цель: знакомство с понятиями манипулирования и группового давления, с видами группового давления; отработка навыков сопротивления групповому давлению.

УПРАЖНЕНИЕ «РАЗОЖМИ КУЛАК»

Цель: исследование своей стратегии поведения в ситуации давления.

Упражнение проводится в парах. Один сжимает руку в кулак, а другой старается разжать его (руки и пальцы «не ломать»), по окончании ведущий выявляет, использовались ли несиловые методы, вроде просьб, уговоров, хитрости.

Вопросы для обсуждения:

1. Как Вы себя чувствуете, когда вас пытаются заставить, что-либо сделать?
2. Какие есть способы заставить человека сделать что-либо?
3. Как Вы понимаете понятия «манипулирование» и «групповое давление»?

УПРАЖНЕНИЕ «ГРУППОВОЕ ДАВЛЕНИЕ»

Цель: отработка навыков сопротивления групповому давлению.

Доброволец в центре группы. Вся группа пытается заставить его что-либо сделать. Он старается с уверенностью в себе отказаться. При этом сам учащийся или вся группа оценивает, какой из видов давления использовался (лесть, шантаж, уговоры, запугивание и т. д.).

УПРАЖНЕНИЕ «ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА»

Цель: снятие напряжения.

Игроки берут воображаемый канат, и по команде ведущего начинается его «перетягивание» до тех пор, пока один не выиграет (проигравший может упасть, показывая проигрыш). Ведущий напоминает о том, чтобы перетягивающие по очереди выигрывали и проигрывали.

УПРАЖНЕНИЕ «СМОГУ ЛИ Я...»

Цель: отработка навыков сопротивления давлению.

Группа делится на пары. Один уговаривает другого что-либо сделать, второй должен отказаться. Затем меняются ролями. Примеры заданий: уговорить встать, поменяться местами, пойти вместо занятия в кино (прогулять урок) и т. д.

Вопросы для обсуждения:

1. Удалось ли отказаться?
2. Какой способ отказа был использован?

ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ НА ТЕМУ «КОГДА И ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМО СОПРОТИВЛЯТЬСЯ ДАВЛЕНИЮ И ОТСТАИВАТЬ СВОЕ МНЕНИЕ»

Домашнее задание. Понаблюдать, какие из способов давления чаще всего используете вы сами, ваши друзья и близкие; понаблюдать за способами, при помощи которых разные люди говорят «нет».

ЗАНЯТИЕ 9. «Умею реагировать»

Цель: знакомство учащихся с понятием критики и видами критики, отработка навыков реагирования на критику с уверенностью в себе.

УПРАЖНЕНИЕ «ЭТЮД НА ОПРАВДАНИЕ»

Цель: исследование своей реакции на критику.

Участники выбирают человека в группе, о котором придумывают и рассказывают короткую, смешную историю. История заканчивается вопросом «Как ты объяснишь свое поведение и то, что произошло»? Первая фраза оправдания должна звучать так: «Да, это было на самом деле, я так делал потому, что я...»

БЕСЕДА: «КАКАЯ МОЖЕТ БЫТЬ КРИТИКА» (справедливая, несправедливая)

Как надо и как не надо реагировать на критику? Что нужно знать, когда хочешь сделать замечание, по критиковать кого-то?

Выводы ведущего:

1. Сначала похвалите, потом сделайте замечание.
2. Избегайте обобщений критики, критика должна быть конкретной.
3. Выразите свое чувство и опишите без оценок то, чем вы недовольны.
4. Старайтесь ограничиться конкретным вопросом и не переходите «на личности».

УПРАЖНЕНИЕ В ПАРАХ

Цель: отработка навыков реагирования на критику с уверенностью в себе, а также умения давать ее конструктивно.

Один критикует другого, партнер пытается правильно реагировать в зависимости от вида критики.

После упражнения необходимо дать возможность участникам поделиться своими чувствами, ощущениями.

Попытаться неудачные критические замечания совместно превратить в конкретные конструктивные замечания.

УПРАЖНЕНИЕ «ПОХВАЛА ПО КРУГУ»

Цель: закрепление позитивного настроения и уверенности в себе.

По очереди учащиеся говорят друг другу комплименты и принимают их.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: анализ того, какие изменения произошли в процессе модуля.

Обсуждается работа в модуле.

МОДУЛЬ 3. Уверенность в процессе межличностного общения

ЗАНЯТИЕ 10-12. «Моей уверенности всё больше»

Цель: развитие интереса к процессу межличностного общения и уверенности в нем.

УПРАЖНЕНИЕ «НОВЫЕ ЗНАКОМСТВА»

Цель: исследование своих желаний в сфере общения.

«Давайте пофантазируем и попытаемся завершить следующие фразы:

Мне интересно было бы познакомиться с...

Я хотел бы чаще встречаться с людьми, которые...

Я давно хочу поближе познакомиться с...»

Задача каждого участника группы - произнести по три таких фразы.

Вопросы для обсуждения:

1. «А почему эти люди вам интересны?»
2. А что мешает с ним (ними) познакомиться?»

Заметки для ведущего.

В группе могут найтись люди, абсолютно довольные своим кругом знакомств. В этом случае их можно назначить «экспертами» и предложить построить следующие фразы: «Многие люди мечтают познакомиться с...»

Упражнение можно использовать для разминки в начале занятия.

Ко-тренер вкратце фиксирует сферы «дефицита контактов» для каждого из участников.

УПРАЖНЕНИЕ «МЕСТА ДЛЯ ЗНАКОМСТВА»

Цель: исследование и заполнение «пробелов» в процессе межличностного общения.

Готовятся заранее бланки: «Интересные мне люди часто появляются в...» и цифры от 1 до 5. На полученных бланках пишется название 5 мест, в которых бывают интересные участнику люди. Если известен адрес, телефон, время работы, то, - записываются. Ниже нужно написать, какого рода интересные люди бывают в этих местах». Ко-тренер сопоставляет списки с перечнем интересных людей, полученным в предыдущем упражнении. Если встречаются несогласования, то он спрашивает:

«А бывают ли в этих местах люди, с которыми вы хотите познакомиться?»

Заметки для ведущего.

Листки с указанием мест для знакомства вывешиваются на стене: позже можно будет обращаться к ним в других упражнениях. Если участникам трудно выбрать места для знакомства, можно просто предложить записать на листках места, где бывает много разных людей - как приятных, так и неприятных.

Домашнее задание.

Одна из трудных задач любого тренинга - перенос выученных в тренинге навыков в реальную жизнь. Для облегчения этого переноса имеет смысл давать участникам группы несложные задания для выполнения дома, в реальной жизни.

Такие домашние задания должны быть несложными, пригодными для самостоятельного выполнения и должны иметь очень четкие критерии выполнения. Каждое новое занятие мы начинаем с обсуждения домашнего задания, причем всячески поддерживаем и подкрепляем участников, которые задание выполнили, и оставляем без внимания тех, кто задание не выполнил.

После упражнения «Места для знакомства» участники получают задание в течение недели побывать в двух из выбранных ими мест, где бывают интересные для них люди. Вторая задача будет состоять в том, чтобы проверить, на самом ли деле в этих местах есть интересные люди. Учитывая возраст напоминать о мерах безопасности.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРИВЕТСТВИЕ»

Цель: отработка коммуникативных навыков.

Одна из универсальных фраз для установления контакта - это приветствие. Иногда просто достаточно сказать «Здравствуйте!», чтобы человек обратил на вас внимание. Если этого не происходит, можно добавить «Рад вас здесь видеть». Если партнер по контакту сам заинтересован в новых знакомствах, то это наверняка поможет ему задать вопрос, который у него вертится на языке.

Задача упражнения будет состоять в том, чтобы поприветствовать в течение минуты как можно большее количество членов группы. Можно приветствовать одного участника несколько раз.

Вопросы для обсуждения:

1. Как вы чувствовали себя во время упражнения?
2. Контакт с кем из членов группы вам запомнился?
3. Что, по вашему мнению, к этому привело?

Заметки для ведущего.

Может использоваться в качестве упражнения для разминки. Часто обсуждение приводит к тому, что участники отмечают контакты, в которых говорилось что-либо о них лично; в которых содержались комплименты; в которых партнер с улыбкой смотрел в глаза.

Это можно использовать в качестве повода для следующего упражнения.

Домашнее задание

В один из дней недели постараться поприветствовать как можно большее количество знакомых и незнакомых людей. Проследить за тем, чтобы это было сделано с улыбкой и глядя в глаза партнеру. Учитывая возраст напоминать о мерах безопасности.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРИВЕТСТВИЕ БЕЗ СЛОВ»

Цель: отработка коммуникативных навыков.

Поприветствовать в течение трех минут как можно большее количество членов группы - но без слов, используя лишь возможности нашего тела, взгляда, мимики и жестикуляции. Можно приветствовать одного участника несколько раз. Важно попробовать как можно больше разных возможностей для приветствия, помня об улыбке.

Вопросы для обсуждения:

1. Какие варианты приветствия вам больше всего понравились?
2. Какое количество возможностей невербального приветствия вам удалось использовать?
3. Как партнер реагирует на приветствие, сопровождаемое дружественным невербальным поведением?
4. Как партнер реагировал на прикосновения или уменьшение дистанции?

Заметки для ведущего.

Сокращение дистанции, прикосновения, сопровождаемые прямым контактом глаз, незнакомых людей могут настораживать и пугать. Они ведь пока не знают, чего от нас можно ждать. Прикосновение и сближение при первых контактах нужно использовать очень осторожно, чтобы не вызвать у партнера защитной реакции.

УПРАЖНЕНИЕ «СБОР ФРАЗ ДЛЯ КОНТАКТА»

Цель: отработка коммуникативных навыков.

Чистый лист формата А4, на котором расположена таблица, содержащая две колонки:

1. Обратиться к незнакомому человеку можно с фразой:....
2. Эта фраза уместна в следующей ситуации:.....

Для знакомства иногда бывает недостаточно просто появляться в местах скопления интересных людей (хотя и это часто помогает справиться с одиночеством). Обнаружив интересного для вас человека, имеет смысл к нему обратиться, используя приветствие, нейтральные вопросы, просьбу или констатацию очевидного факта.

На имеющихся у вас бланках запишите минимум 10 фраз, с которыми мы можем обратиться к незнакомому человеку. Если это общение уместно только в определенной ситуации, то отметьте, пожалуйста, что это должна быть за ситуация в специальной графе.

Каждый участник читает вслух подготовленные фразы.

Тренер следит за тем, чтобы фразы, уместные лишь в определенной ситуации, сопровождались описанием этих ситуаций.

Заметки для ведущего.

Листки с фразами размещаются на стенах так, чтобы у участников группы при необходимости была возможность в них заглянуть. Эти фразы будут использоваться в дальнейшей тренировке.

Тренеру лучше воздержаться от подсказок. В каждой возрастной или культурной группе существуют свои собственные нормы обращения к незнакомому человеку. Тренер вовсе не должен знать эти нормы (хотя это и не помешает). Обычно группа достаточно легко выполняет это упражнение – и в итоге появляется довольно обширный список контактных фраз, который, при наличии времени, можно постараться классифицировать.

Примеры фраз, с которыми можно обратиться к незнакомому человеку:

Приветствие:

-Здравствуйте, рад вас здесь видеть.

-Добрый день, добрый вечер.

Нейтральные вопросы:

-Который час?

-Мы не встречались раньше?

Просьба:

-Вы не разменяете мне 50 рублей?

-Вы не подскажете, как мне отсюда позвонить?

Констатация очевидного факта:

-Хорошая сегодня погода, не правда ли?

-Красивый город.

-Как медленно здесь обслуживают!

-Похоже, мы ищем одну и ту же аудиторию.

Предложение помощи:

-Могу ли я вам чем-то помочь?

УПРАЖНЕНИЕ «ПЕРВОЕ ОБРАЩЕНИЕ»

Цель: отработка коммуникативных навыков.

Установление контакта с незнакомым человеком проходит легче, если начало разговора доставляет удовольствие обоим партнерам. Контакт доставляет удовольствие, если у вашего партнера есть потребность в контакте и он совершенно свободен в тот момент, когда вы хотите с ним поговорить. Контакт начинается «на хорошей ноте», если ответ на ваше обращение не представляет для партнера особого труда, не заставляет его сильно напрягаться.

В этом упражнении мы постараемся задать друг другу вопрос, в ответ на который нашему партнеру есть что сказать. Сейчас мы все встанем, и когда вы будете готовы задать такого рода вопрос кому-нибудь из членов группы (исключая тренера), то просто подойдите к этому человеку, обратитесь к нему с использованием одной из «контактных фраз» и задайте свой вопрос. Затем внимательно выслушайте ответ и поблагодарите за информацию.

Вопросы для обсуждения:

1. «О чем еще вас можно было бы спросить?»
2. На какой вопрос вам было бы легко отвечать?»

Заметки для ведущего.

Ко-тренер фиксирует на отдельном листке вопросы, на которые легко отвечать, и в заключение вывешивает их на стену.

УПРАЖНЕНИЕ «ТЕМЫ ДЛЯ БЕСЕДЫ»

Цель: отработка коммуникативных навыков.

Листы бумаги формата А4, на которых написано следующее: «Я могу интересно говорить на следующие темы: . . .».

Если после первого контакта у нас возникнет интерес к собеседнику и мы захотим продолжить разговор с ним, то имеет смысл некоторое время поговорить с ним на занимательную, интересную тему. Мы сможем вызвать личный интерес к себе, если наше сообщение будет интересным, будет содержать интересную информацию о нас самих, коснется сферы личных интересов партнера. Сейчас на листках бумаги нужно записать по три темы, на которые вы можете интересно говорить минимум 3 минуты.

Затем каждый делает для группы сообщение на одну из тем, записанных у него на бумаге. Чтобы определить, насколько тема интересна группе, каждый сначала назовет все темы, а группа выбирает самую интересную. Затем можно начинать свое сообщение, обращаясь к любому из членов группы.

Вопросы для обсуждения:

1. В какой момент сообщения возникло желание вмешаться, уточнить что-либо или сказать что-то в ответ?
2. У автора сообщения спрашивают, заметил ли он это.

Заметки для ведущего.

Если желания включиться в разговор у партнера не возникло, то автору сообщения предлагают включить в него побольше интересных, эмоционально окрашенных моментов.

Комментарии.

Если мы хотим установить личный контакт с незнакомым человеком, нам недостаточно просто обратиться к нему. Разговор должен продолжаться некоторое время и мы сами или тема нашего сообщения должны вызвать у собеседника интерес - иначе контакт очень быстро прекратится. Лучше всего заранее знать, на какую тему мы можем вести беседу и рассказать что-либо интересное. Иногда тема напрашивается сама собой, следует из актуальной ситуации (музыка на дискотеке, еда в ресторане, книги в магазине, расписание движения поездов на вокзале), политических или спортивных событий, общественной жизни. Темы для разговора также могут подсказать ваши собственные интересы, профессия, хобби.

У некоторых членов группы могут возникнуть затруднения с плавной и эмоционально окрашенной речью. На первых этапах вполне допускаются паузы, «обратный ход», изменения текста, повторы, ошибки и т. п. Задача тренерской команды - сделать так, чтобы каждый участник почувствовал удовольствие от длинного разговора с незнакомым человеком.

Хороший переход к демонстрационной ролевой игре на следующем занятии.

Теперь в ролевой игре можно объединить навыки контакта, умение интересно говорить некоторое время и умение замолчать в тот момент, когда у партнера возник интерес.

Здесь нужно помнить и принимать тот факт, что мы имеем полное право обратиться к любому заинтересовавшему нас человеку с вопросом, информацией или предложением. Мы можем и не обращаться, просто молчать, если мы этого хотим. Но наш партнер также свободен в выборе: он может заинтересоваться нашим сообщением, а может оказаться незаинтересованным в контакте.

Если мы не встречаем интереса и получаем отказ, то нужно помнить, что это - личное право любого человека. Это право мы должны уважать как в других, так и в себе самих.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Обсуждается занятие.

ЗАНЯТИЕ 13-16. «Имею свой стиль «живого» общения»

Цель: овладение индивидуализированными приемами межличностного взаимодействия.

РОЛЕВАЯ ИГРА «ТРЕНИНГ КОНТАКТА»

Цель: отработка навыка конструктивного взаимодействия в процессе межличностного общения.

Моделируемая ситуация. Рано утром на остановке автобуса (время, место) вы видите мужчину (женщину) вашего возраста, которого уже не раз там встречали (партнер). Нужного вам автобуса долго нет, и вы обращаетесь к партнеру с чем-либо и произносите короткое (2 минуты) сообщение на любую из подготовленных вами тем (ваши действия).

Инструкция участнику. Выберите из нашего списка подходящую для установления контакта фразу, а затем сделайте короткое сообщение на интересную тему.

Следите за тем, чтобы не нарушать личное пространство партнера, улыбайтесь и держитесь максимально дружелюбно.

Если ваш партнер захочет что-либо сказать, замолкайте и внимательно слушайте.

Инструкция группе. Проследите за тем, как ведет себя партнер по упражнению. Будут ли моменты, когда он чем-то заинтересуется, захочет что-либо сказать или уточнить?

Вопросы для обсуждения:

1. Достаточно ли дружелюбно вел себя протагонист?
2. Что в его сообщении вызвало интерес?
3. Удалось ли ему замолчать в тот момент, когда партнеру уже захотелось вмешаться в разговор?

Заметки для ведущего.

Первые демонстрационные ролевые игры достаточно тяжело даются участникам, поэтому в качестве протагониста лучше выбрать более или менее уверенного в себе человека.

После упражнения нужно как минимум два раза за что-либо похвалить протагониста (если только это не сделает сама группа в обсуждении).

В демонстрационных ролевых играх принимают участие все участники группы, для этого можно использовать страховочные ситуации или ситуации, которые предложат сами участники группы.

Если в ходе ролевой игры что-либо не удастся, то ролевая игра повторяется с самого начала с тем же участником и партнером. Обычно второй дубль удается лучше - и это служит для участника подкреплением и придает ему веру в себя и эффективность тренинга.

Страховка.

Другие ситуации к тренингу контакта:

1. В магазине вы видите человека, который вас заинтересовал, поскольку просматривает книгу, которая вам тоже очень нравится.
2. В кафетерии театра девушка задумчиво допивает кофе с пироженым.
3. На научной конференции участник (участница) внимательно читает ваш стендовый доклад.
4. В универсаме незнакомец (незнакомка) придирчиво выбирает сыр.
5. В очереди к зубному врачу вы видите симпатичного незнакомца (незнакомку).
6. В Сберкассе незнакомец (незнакомка) старательно заполняет квитанцию оплаты коммунальных услуг.
7. К вам в класс пришел (пришла) новый одноклассник.
8. В самолете вам досталось место рядом с заинтересовавшим вас человеком.

Домашнее задание.

1. До следующей встречи вам необходимо обратиться к трем незнакомым людям и поговорить с ними 2-3 минуты на заранее подготовленную тему. Если партнер будет не расположен к контакту, просто извинитесь и оставьте его в покое. Пожалуйста, запоминайте все, что с вами будет происходить, все особенности состоявшегося разговора.

2. Придумайте или возьмите из жизни собственную ситуацию для знакомства с интересными лично вам людьми. Запишите как минимум 3 ситуации для знакомства с интересными вам людьми на стандартных бланках. Эти ситуации будут обсуждаться в группе.

Учитывая возраст напоминать о мерах безопасности.

УПРАЖНЕНИЕ «КОНТАКТ С ГРУППОЙ»

Цель: отработка общения с группой.

Задача состоит в том, чтобы обратиться ко всем здесь присутствующим с коротким сообщением о себе. В этом сообщении вы расскажете о том, что вы любите, охотно делаете, о своем хобби, актуальных интересах и занятиях.

Для начала поздоровайтесь, сделайте группе один общий комплимент, а затем начинайте говорить.

Если будете чувствовать, что слов не хватает, то снова делайте комплимент группе. Постарайтесь вести себя так, как ведет себя человек с близкими знакомыми. Улыбайтесь и иногда смотрите в глаза кому-нибудь из членов группы.

Заметки для ведущего.

1. «Что в прозвучавшем сообщении было интересно?»
2. В какой момент сообщение привлекло ваше внимание?

Комментарии.

Если при выполнении упражнения возникают трудности, то участнику можно предложить повернуться спиной к аудитории можно предложить ему стать на стул, а всем присутствующим сесть на пол.

В обсуждении группа обычно говорит, что контакт улучшался в тот момент, когда звучали комплименты.

УПРАЖНЕНИЕ «СБОР СИТУАЦИЙ ПО ТЕМЕ «ЗНАКОМСТВО»»

Цель: развитие уверенности в процессе общения и создание материала для дальнейшей работы.

Сбор информации через заполнение бланков, содержащих вопросы:

1. Какие ситуации вы считаете подходящими для знакомства с интересными вам людьми?
2. Как вы считаете, не будет ли партнер чем-либо очень занят в этой ситуации?
3. Будет ли у него достаточно времени для разговора с вами?

Заметки для ведущего.

Сбор личных ситуаций - очень важный этап контакт-тренинга. С помощью личных ситуаций мы приближаем модель тренируемого поведения к реальной жизненной ситуации участников тренинга.

Некоторые трудности могут возникнуть в связи с тем, что участники начнут очень подробно и обстоятельно описывать свои ситуации, начиная с раннего детства. Группа теряет очень много времени и начинает скучать. В этом случае участника просят вернуться к схеме описания ситуации, если ему это не удается, тренер может вмешиваться и подсказывать более короткие и точные формулировки.

Комментарии: Тренировочные ролевые игры

Конечно, продолжительный разговор едва ли получится, если не дать высказаться партнеру по разговору. Очень скоро он потеряет к нам интерес. Очень важный навык при знакомстве состоит в том, что нужно суметь вовремя замолчать и внимательным слушанием поддерживать речь партнера. Людям всегда приятно, когда их внимательно и заинтересованно слушают.

В контакт-тренинге ключевым моментом в теме знакомства является способность участника почувствовать момент, когда следует замолчать и начать слушать партнера, обдумывая варианты дальнейшего развития разговора.

РОЛЕВАЯ ИГРА «ПЕРЕДАТЬ ИНИЦИАТИВУ И СЛУШАТЬ»

Цель: отработка коммуникативных навыков.

Инструкция участнику.

Используются ситуации, предложенные самими участниками.

Задача состоит в том, чтобы не только обратиться к незнакомому человеку и поговорить с ним некоторое время на подготовленную тему, но и в том, чтобы внимательно следить за реакцией партнера.

Как только вы увидите, что партнер хочет что-то сказать или уточнить, замолчите и внимательно слушайте партнера.

Если к концу вашей речи партнер ничем не заинтересовался, то передайте ему инициативу подходящим вопросом.

Инструкция группе

Задача проследить, в какой момент времени можно было передать инициативу партнеру, и воспользовался ли этим?

Вопросы для обсуждения:

1. Насколько точно протагонист почувствовал момент, когда можно было передать инициативу? Как он это сделал?
2. Был ли момент, когда вам как партнеру по общению захотелось что-либо сказать? Была ли дана вам такая возможность? »

Заметки для ведущего.

Если участнику не удастся почувствовать момент, когда нужно передать инициативу, то партнеру по ролевой игре можно дать фишки или конфетки, которые он будет передавать участнику в тот момент, когда ему захочется что-то сказать.

Страховка

Инициатива может быть передана следующими фразами:

1. Интересно, как вам это удается?
2. Как вы считаете?
3. Вы согласны со мной?
4. Это правда?

РОЛЕВАЯ ИГРА «ДОГОВОРИТЬСЯ О ВСТРЕЧЕ»

Цель: отработка коммуникативных навыков.

Используются ситуации, предложенные самими участниками.

Инструкция участнику

Задача состоит в том, чтобы в завязавшемся разговоре найти повод для назначения новой встречи. Если вы говорили о детективах - пообещайте принести книгу и спросите, как это сделать.

Если говорили о тренировке - пригласите на тренировку, если о способе приготовления салата - пообещайте сами показать, как он готовится. Задача - найти в завязавшемся разговоре тему, которая может привести к новой встрече.

Не стоит предлагать «просто встретиться» - при первом контакте это всегда настораживает. Предлагайте конкретную вещь или мероприятие.

Инструкция партнеру

Если что-либо заинтересует, скажите об этом ясно.

Вопросы для обсуждения:

1. Были ли другие возможности для назначения новой встречи, помимо той, что была использована?
2. Была ли новая встреча предложена корректно, с указанием конкретного повода?

Заметки для ведущего.

В этих ролевых играх особенно важна инструкция партнеру. Она помогает участнику сконцентрироваться на интересах партнера и подобрать предложение, исходя из этих интересов.

Домашнее задание. Если в ближайшее время вам встретится интересный человек, пожалуйста, не откладывайте. Начните с ним разговор и попытайтесь договориться о новой встрече.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи. Обсуждается занятие.

ЗАНЯТИЕ 17. «Вперед, к живому общению!»

Цель: закрепление позитивного настроения и моделирование переноса приобретенных навыков в реальную жизнь.

УПРАЖНЕНИЕ «КОМПЛИМЕНТЫ»

Цель: дать друг другу позитивную обратную связь для создания ситуации успешности в общении.

Каждый по кругу дает своему соседу положительную обратную связь о его поведении в ходе работы.

У участников будет 3 минуты для того, чтобы подумать и вспомнить, что им действительно понравилось в действиях соседа.

САМОАНАЛИЗ «Больше всего мне нравится, когда партнер по общению...»

УПРАЖНЕНИЕ «Я БЛАГОДАРЕН ТОМУ, ЧТО...»

Цель: подведение итога личной работы.

Каждый участник должен попробовать найти 10 причин, по которым он может сказать: «Я благодарен за это». Например, можно сказать: «Я благодарен тому, что с помощью данного тренинга я овладел навыками коммуникативного общения». Участники должны записать на листе бумаги примерно 10 пунктов. В заключение участники зачитывают свои записи и обмениваются впечатлениями.

Вопросы для обсуждения:

1. Как часто я, помимо этого упражнения, осознаю, чему в жизни я благодарен?
2. С кем я это обсуждаю?
3. Что я сейчас чувствую?

Комментарии.

Участники должны по возможности покидать группу с ощущением уверенности в том, что они чему-то научились. Эта процедура может быть особенно полезна тем участникам, которые пессимистично воспринимают себя и свое окружение, - она поможет им в большей степени сосредоточиться на позитивных аспектах происходящего с ними и, таким образом, вернуться в повседневную жизнь с более реалистичной установкой.

ПРОЦЕДУРА «ПРОЩАНИЕ»

Цель: актуализация знаний, приобретенных на занятиях.

Ведущий прощается с группой, высказывая пожелание, чтобы все, что они приобрели на занятиях, пригодилось им в жизни.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Тренинг по профилактике правонарушений с основами правовых знаний

ЗАНЯТИЕ 1

Цель: актуализация представлений подростков об их правах и ответственности, знакомство с Законами РФ, определяющими права и ответственность несовершеннолетних.

Необходимые материалы. Бумага, ручки.

Время: 90 минут.

- РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЯ

Цель: создание доброжелательной рабочей обстановки.

Время: 5 минут.

- ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «ДЛЯ ЧЕГО НУЖНЫ ЗАКОНЫ»

Цель: осознание важности существования законов.

Время: 10 минут.

Содержание:

Ведущий: «Вспомните, на самом первом занятии мы все вместе принимали правила работы в группе. На «острове» мы с вами также вводили законы и устанавливали лицо, которое следило за их выполнением – «вождя». Если бы этих законов и правил не было, что бы происходило на наших занятиях?»

Ребята высказывают предположения. Возможно, они сами придут к выводу, что творился бы полный беспорядок, никто никого бы не слушал, и, в конечном итоге, группа бы распалась. Если подростки сами не выскажут этих предположений, то это должен сделать ведущий.

Ведущий: «Без правил группа распалась бы, занятия бы не завершились, цели не были бы достигнуты. И это касалось бы только группы. А если не будет законов в государстве? Возможно, государство без законов не только лишилось бы порядка: его могли бы захватить противники, люди бы убивали друг друга, забирали бы чужое имущество. Государство в таких условиях не может существовать. В каждой стране существуют свои законы, которые называются Конституцией и Основными Законами. Ее жители обязаны соблюдать эти законы, в соответствии с этими законами караются и нарушители.

Мы с вами являемся гражданами России и поэтому обязаны соблюдать ее законы. Для того чтобы жить в соответствии с ними, их нужно знать. На наших последующих занятиях юрист будет вас знакомить с основными законами, которые касаются непосредственно вас, несовершеннолетних. На них вы узнаете о своих правах, обязанностях и ответственности».

Замечания: Некоторые подростки (а бывают группы, для ведущих, где таковых оказывается подавляющее большинство) высказываются, что знать законы им по причине своего несовершеннолетия необязательно. Ведущий обязательно должен сказать, что всякий человек, родившийся на территории любого государства, живущий в нем, признанный или не признанный гражданином, обязан жить в правовом поле данного государства, то есть подчиняться и признавать законы, принятые в этом государстве. Если гражданин, в том числе несовершеннолетний, живет на территории России, он обязан подчиняться Законодательству Российской Федерации, основой которого является Конституция РФ. И потому знание законов необходимо.

- УПРАЖНЕНИЕ «Я ХОЧУ – Я МОГУ»

Цель: осознание подростками своих реальных возможностей.

Материалы : бумага, ручки.

Время: 10 минут.

Содержание:

Участникам группы предлагается составить два списка: своих желаний и своих возможностей.

Обсуждение:

Участники ищут ответ на вопрос: «Все ли мои желания исполнимы и что необходимо, чтобы они исполнились?» Ведущий спрашивает ребят: «Могут ли предпринимаемые вами действия для достижения цели испортить жизнь другим людям, повлечь за собой нанесение какого-либо ущерба?» В обсуждении заостряется внимание на том, что только позитивные действия приводят

к положительным результатам. Лишь соблюдая права других людей, человек может испытать полное удовлетворение от своих действий, а, нарушив их, он, напротив, будет иметь неприятности с Законом.

Замечания:

Если ребята напишут какие-то желания, для ведущих противоречащие установленным моральным нормам, порицать их за это не следует. Но в обсуждении необходимо заострить внимание на том, что в случае желаний такого рода нарушаются права других людей.

- **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «НА ЧТО Я ИМЕЮ ПРАВО»**

Цель: предоставление возможности осознать себя полноправным гражданином.

Время: 10 минут.

Содержание:

Подросткам предлагается ответить на вопрос: «Когда человек приобретает права? Какие права имеют дети?» В группе обсуждаются все предположения участников.

Замечания: Обычно ребята называют всевозможные для ведущих возраста. Поправлять их не нужно. Когда будут названы все варианты, следует сказать, что права человек приобретает с момента рождения. По мере того как он взрослеет, изменяются и его права, а вместе с ними – обязанности и ответственность.

- **ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «КОНВЕНЦИЯ О ПРАВАХ РЕБЕНКА И ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Цель: знакомство с основными международными и государственными законами, защищающими права несовершеннолетних.

Время: 10 минут.

Содержание:

Юрист предлагает вниманию участников общие принципы Конвенции о правах ребенка и Законодательства Российской Федерации, защищающие права несовершеннолетних, а также " гражданские права и свободы.

Ведущий-юрист: «Для охраны прав детей еще в 1924 году была принята Женевская декларация прав ребенка. Государства, которые подписали эту декларацию, признавали любого человека, независимо от его национальности, вероисповедания, цвета кожи, пола, социального происхождения, полноправным гражданином своей страны, имеющим права и свободы.

Со временем происходили изменения некоторых пунктов Декларации, вносились поправки. В 1959 году Генеральная Ассамблея Организации Объединенных наций приняла Конвенцию прав ребенка. В нашей стране Конвенция вступила в силу в 1990 году.

Государства-участники настоящей Конвенции считают, что в соответствии с принципами, провозглашенными в Уставе Организации Объединенных Наций, признание присущего достоинства, равных и неотъемлемых прав всех членов общества является основой обеспечения свободы, справедливости и мира на земле. Государства, принявшие Конвенцию полностью, возложили на себя обязанности по обеспечению полного и гармоничного развития личности ребенка. Но так как большинство детей воспитываются в семьях, особое внимание уделяется именно семье. В нашей стране принят Семейный кодекс, в котором отражены права, обязанности и ответственность всех членов семьи. В законах не забыты и дети, оставшиеся без попечения родителей, заботу о которых взяло на себя государство. Они признаются полноправными гражданами и имеют равные со всеми права.

И в Конвенции, и в Семейном кодексе провозглашается, что дети имеют право на особую заботу и помощь. По какой же причине дети должны быть окружены особым вниманием? В Конвенции указано: «...ребенок, ввиду его физической и умственной незрелости, нуждается в специальной охране и заботе, включая надлежащую правовую защиту, как до, так и после рождения».

Правовая защита ребенка – что это такое? А это, ребята, соблюдение его прав. Какими же правами обладаете вы? (Участники высказывают свои предположения.)

В первую очередь, ребенок имеет право на жизнь, никто не может отнять ее.

Ребенок имеет право на имя, отчество и фамилию. Имя дается по соглашению родителей, отчество присваивается по имени отца, если это соответствует национальным обычаям. Есть национальные обычаи, по которым отчество присваивается по имени матери.

- **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «МОЖЕТ ЛИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИЙ ПРИВЛЕКАТЬСЯ К ПРАВОВОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ»**

Цель: Актуализация имеющихся у подростков представлений об ответственности за правонарушения.

Время: 15 минут.

Содержание:

Участникам предлагается ответить на вопрос: как им кажется, с какого возраста и по каким правонарушениям несовершеннолетний привлекается к ответственности. Ведущий не поправляет ребят и не хвалит за правильные ответы, а лишь выслушивает предположения.

• **ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «ПРАВОВАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО»**

Цель: Знакомство с основными законами РФ, определяющими ответственность несовершеннолетних.

Время: 20 минут.

Содержание:

Юрист рассказывает подросткам о действующем Законодательстве РФ, определяющем ответственность несовершеннолетних.

Ведущий-юрист: «Несовершеннолетние несут правовую ответственность за совершенные проступки и преступления. Подростка могут исключить из образовательного учреждения за противоправные действия (за преступления), за грубое и неоднократное нарушение устава образовательного учреждения. В каждой школе существует устав, в котором оговариваются правила поведения в школе, правила посещения занятий. Если ученик, достигший возраста 14 лет, неоднократно нарушал устав, его исключают из школы. Но не думайте, что после исключения можно ничего не делать, отдыхать, гулять. Органы местного самоуправления совместно с родителями исключенного обязаны в месячный срок решить вопрос о его трудоустройстве или обучении в другом учреждении.

В случаях причинения материального ущерба несовершеннолетним в возрасте от 14 до 18 лет обязан его возместить. Если у него нет доходов, то ущерб возмещают его родители или опекуны. Причинением ущерба считается не только лишение человека какой-либо вещи или денег, а также те случаи, когда ему приходится тратить средства на лечение из-за нанесенного вреда здоровью.

Но несовершеннолетние подлежат и уголовной ответственности за совершенные преступления. Преступлением признается совершенное общественно опасное деяние, запрещенное Уголовным кодексом Российской Федерации под угрозой наказания.

Уголовная ответственность несовершеннолетних

Несовершеннолетними признаются лица, которым ко времени совершения преступления исполнилось четырнадцать, но не исполнилось восемнадцать лет.

К несовершеннолетним, совершившим преступления, могут быть применены принудительные меры воспитательного воздействия либо им может быть назначено наказание, а при освобождении от наказания судом они могут быть также помещены в специальное учебно-воспитательное учреждение закрытого типа органа управления образованием. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Видами наказаний, назначаемых несовершеннолетним, **ЯВЛЯЮТСЯ:**

- а) штраф;
- б) лишение права заниматься определенной деятельностью;
- в) обязательные работы;
- г) исправительные работы;
- д) арест;
- е) лишение свободы на определенный срок.

Уголовной ответственности подлежит лицо, достигшее ко времени совершения преступления шестнадцатилетнего возраста.

Лица, достигшие ко времени совершения преступления четырнадцатилетнего возраста, подлежат уголовной ответственности: за убийство; умышленное причинение тяжкого вреда здоровью; умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью; похищение человека; изнасилование; на насильственные действия сексуального характера; кражу; грабеж; разбой; вымогательство; неправомерное завладение автомобилем или иным транспортным средством без цели хищения; умышленные уничтожение или повреждение имущества при отягчающих обстоятельствах; терроризм; захват заложника; заведомо ложное сообщение об акте терроризма; хулиганство при отягчающих обстоятельствах; вандализм; хищение либо вымогательство оружия;

боеприпасов, взрывчатых веществ и взрывных устройств; хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ; приведение в негодность транспортных средств или путей сообщения.

Убийство – лишение человека жизни.

Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью – нанесение травмы, опасной для жизни человека или повлекшей за собой потерю зрения, речи, слуха либо какого-либо органа или утрату органом его функций, прерывание беременности, психическое расстройство, заболевание наркоманией либо токсикоманией, или выразившейся в неизгладимом обезображивании лица, или вызвавшей значительную стойкую утрату общей трудоспособности не менее чем на одну треть или заведомо для виновного полную утрату профессиональной трудоспособности.

Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью — нанесение травмы, не опасной для жизни человека и не повлекшей тяжелых последствий, но вызвавшей длительное расстройство здоровья или значительную стойкую утрату общей трудоспособности менее чем на одну треть.

Изнасилование – половое сношение с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшей или к другим лицам либо с использованием беспомощного состояния потерпевшего.

Вымогательство – требование передачи чужого имущества или права на имущество под угрозой применения насилия либо уничтожения или повреждения чужого имущества, а равно под угрозой распространения сведений, позорящих потерпевшего или его близких, либо иных сведений, которые могут причинить существенный вред правам или законным интересам потерпевшего или его близких.

Грабеж – открытое хищение имущества.

Кража – тайное овладение чужим имуществом.

Терроризм – совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий, если эти действия совершены в целях нарушения общественной безопасности, устрашения населения либо оказания воздействия на принятие решений органами власти, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях.

Захват или удержание лица в качестве заложника – деяния, совершенные в целях принуждения государства, организации или гражданина совершить какое-либо действие или воздержаться от совершения какого-либо действия как условия освобождения заложника.

Заведомо ложное сообщение о готовящихся взрыве, поджоге или иных действиях, создающих опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий — сообщение в милицию или иные правоохранительные организации информации, зная о том, что она ложная.

Хулиганство – грубое нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, совершенное с применением оружия или предметов, используемых в качестве оружия.

Вандализм – осквернение зданий или иных сооружений, порча имущества на общественном транспорте или в иных общественных местах.

Действия, направленные на возбуждение ненависти либо вражды, а также на унижение достоинства человека либо группы лиц по признакам пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, а равно принадлежности к какой-либо социальной группе, совершенные публично или с использованием средств массовой информации, рассматриваются в Уголовном кодексе как преступление.

Так что то, что вы, ребята, несовершеннолетние, не освобождает вас от ответственности перед Законом, и поэтому Законы вы обязаны выполнять и подчиняться им».

• УПРАЖНЕНИЕ «ОТНЕКИВАНИЯ»

Цель: снятие усталости, эмоционального напряжения.

Время: 5 минут.

Содержание:

Ведущий: «Каждый из нас попадал в ситуацию, когда не очень-то хочется признаваться в совершенном проступке. Чтобы вам удалось сохранить молчание и не признаться, нужно предварительно потренироваться.

Начинаем выполнение упражнения. Исходное положение любое, можно сидеть, стоять и лежать. Обращайте внимание, правильно ли делают заданные движения ваши соседи. Займите

исходное положение и начинайте мотать головой справа налево и слева направо, представляя, что вас застукали на месте преступления. Потренировались? Помните: когда вас поймают на неблагоприятном поступке, нужно мотать головой до тех пор, пока от вас не отстанут».

Замечания для ведущего.

Упражнение не только веселое, помогающее снять усталость, но достаточно показательное: обращая внимание на партнеров, ребята могут увидеть себя со стороны. Не опасайтесь, что подростки воспримут «тренировку» как посыл к настоящему действию в подобных ситуациях. Они прекрасно понимают, что это шутка. Старайтесь произносить инструкцию серьезным тоном как бы вам смешно ни было и в этом упражнении и далее в подобных.

- РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Время: 5-10 минут.

Содержание:

Участники делятся впечатлениями о занятии. Они могут задать вопросы юристу, касающиеся темы занятия. Если юрист не может ответить сразу, ответ ребята получают на следующем занятии.

ЗАНЯТИЕ 2

Цель: формирование представлений о сущности конфликтов и способах разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с правовыми нормами в отношении ответственности за нанесение морального и физического ущерба.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

Время: 90 минут.

- РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЯ

Цель: создание доброжелательной рабочей обстановки.

Время: 5 минут.

- УПРАЖНЕНИЕ «АВТОБУС»

Цель: моделирование ситуации возникновения конфликта.

Время: 10 минут.

Содержание:

В помещении расставляются стулья, имитирующие сидения в автобусе. Часть подростков занимают сиденья, а остальные «едут» стоя. «Автобус» делает повороты, подпрыгивает на неровностях, а «пассажиры» толкают друг друга, падают на сидящих, высказывают свое недовольство. Расталкивая пассажиров, по салону автобуса пробирается кондуктор и требует плату за проезд.

Участникам группы необходимо воссоздать реальную поездку и конфликты, возникающие среди пассажиров.

Обсуждение: Как вы себя чувствовали, когда вас вовлекали в ссору? Хотелось ли вам участвовать в ней или нет?

Ведущий: «Когда мы сталкиваемся с конфликтами, то можем испытывать негативные чувства: гнев, ощущение крушения надежд, конфуз, страх, обида, угнетенное состояние. Эти чувства могут отразиться на контроле поведения. Между тем человек, потерявший контроль над собой, может совершить преступление против личности, с которой находился в конфликте».

Замечания для ведущих:

Необходимо предупредить ребят, что это игра и потому обижаться по-настоящему не стоит. Нельзя только специально делать больно.

- РОЛЕВАЯ ИГРА «КОНФЛИКТ»

Цель: обучение способам разрешения конфликтов, возникающих в подростковой среде.

Время: 10 минут.

Содержание:

Подросткам предлагается разыграть конфликтную ситуацию в среде сверстников: сначала с негативным исходом, а затем — выбрав другой, более эффективный путь разрешения конфликта.

Замечания для ведущего:

Необходимо, чтобы в поиски путей разрешения ситуации была вовлечена вся группа. Следует спросить каждого участника, как бы он разрешил конфликт. Если подростки сами не вспомнят о способах разрешения конфликтов, то можно им напомнить о них.

Конфликты могут разрешаться следующими способами:

Уход: уклонение от конфликта, стремление выйти из конфликтной ситуации, не разрешая ее. Наиболее часто сопровождается депрессией, затаенным гневом: обидчика игнорируют, отпускают ехидные замечания за спиной, отказываются от дальнейших отношений.

Приспособление: изменение своей позиции, сглаживание противоречий, отказ от своих интересов. При этом негативные эмоции подавляются, человек делает вид, что все в порядке, что ничего не произошло, ругает себя за свою раздражительность, вынашивает план мести.

Конкуренция (силовое решение, борьба): соперничество, открытая борьба за свои интересы, отстаивание своей позиции, стремление доказать, что другой не прав, попытки перекричать его, применить физическое насилие, требование беспрекословного подчинения, попытки перехитрить, призвать на помощь союзников, шантаж разрывом отношений.

Компромисс: урегулирование разногласий через взаимные уступки. Поддерживаются дружеские отношения, предмет спора делится поровну.

Сотрудничество (поиск нового решения): в выходе из конфликта все стороны удовлетворяются полностью через нахождение замен предмета спора на равнозначные или на более ценные.

- **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ИСХОД КОНФЛИКТА»**

Цель: актуализация знаний о характере правовой ответственности за конфликты, разрешенные силовыми методами.

Время: 10 минут.

Содержание:

Подросткам предлагается вспомнить ситуации из своего опыта, когда конфликты разрешались насильственными методами. Каков был исход? Привлекались ли участники к ответственности?

Замечания для ведущего:

Подростки не всегда могут говорить о том, что пришлось пережить им, зачастую они просто молчат. В этом случае можно предложить им вспомнить то, что они наблюдали со стороны. Очень хорошо в этом случае поговорить о чувствах, которые они испытывали, наблюдая сцены насилия. Ведущему нужно очень осторожно подходить к раскрытию этих чувств, ребята могут рассказывать о том, что происходило с ними самими, говоря о том, что они видели или слышали. Очень важно это понимать и рефлексировать чувства подростка, то есть объяснять, что каждый человек имеет право на любые чувства и переживания, только поступки, связанные с этими чувствами не должны нарушать права других людей. Чтобы избежать этого, очень важно уметь управлять собой, своими реакциями на действия окружающих. В некоторых случаях лучше отойти в сторону и не принимать на себя агрессивные выпады, чтобы не иметь проблем. Необходимо понять: личная сила воли и уход от конфликта с осознанием того, что этот конфликт может принести лишь негативные переживания и окончательное разрушение отношений с оппонентом – это сильная сторона личности, а не слабость, как многие ошибочно думают.

- **ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «СТАТЬИ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ПРИЧИНЕНИЕ ВРЕДА ЗДОРОВЬЮ»**

Цель: получение знаний по правовой ответственности за причинение вреда здоровью.

Время: 20 минут.

Содержание:

Юрист знакомит подростков с основными законами, определяющими ответственность за нанесенный моральный и физический ущерб.

Ведущий-юрист:

Когда между подростками происходят конфликты с применением физической силы, могут возникнуть тяжелые последствия для виновных.

В Уголовном кодексе есть "Особенная часть", в которую входят разделы "Преступления против личности" и "Преступления против жизни и здоровья".

Статья 105. Убийство.

Убийство, то есть умышленное причинение смерти другому человеку, - наказывается лишением свободы на срок от шести до пятнадцати лет. Убийство, совершенное с отягчающими обстоятельствами: двух или более лиц; в отношении лица или его близких в связи с осуществлением данным лицом служебной деятельности или выполнением общественного долга; лица, заведомо для виновного находящегося в беспомощном состоянии, а равно сопряженное с похищением человека или захватом заложника; женщины, заведомо для виновного находящейся в состоянии беременности; совершенное с особой жестокостью; совершенное общеопасным

способом; совершенное группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой; из Корыстных побуждений или по найму, а равно сопряженное с разбоем, вымогательством или бандитизмом; из хулиганских побуждений; с целью скрыть другое преступление или облегчить его совершение, а равно сопряженное с изнасилованием или насильственными действиями сексуального характера; по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды либо кровной мести; - наказывается лишением свободы на срок от восьми до двадцати лет, либо пожизненным лишением свободы.

Статья 110. Доведение до самоубийства

Доведение лица до самоубийства или до покушения на самоубийство путем угроз, жестокого обращения или систематического унижения человеческого достоинства потерпевшего, - наказывается ограничением свободы на срок до трех лет или лишением свободы на срок до пяти лет.

Статья 111. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью

Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, опасного для жизни человека, или повлекшего за собой потерю зрения, речи, слуха либо какого-либо органа или утрату органом его функций, прерывание беременности, психическое расстройство, заболевание наркоманией либо токсикоманией, или выразившегося в неизгладимом обезображивании лица, или вызвавшего значительную стойкую утрату общей трудоспособности не менее чем на одну треть или заведомо для виновного полную утрату профессиональной трудоспособности, - наказывается лишением свободы на срок от двух до восьми лет.

Те же деяния, совершенные:

- а) в отношении лица или его близких в связи с осуществлением данным лицом служебной деятельности или выполнением общественного долга;
- б) с особой жестокостью, издевательствами или мучениями для потерпевшего, а равно в отношении лица, заведомо для виновного находящегося в беспомощном состоянии;
- в) общеопасным способом;
- г) по найму;
- д) из хулиганских побуждений;
- е) по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды, - наказываются лишением свободы на срок от трех до десяти лет.

Статья 112. Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью

Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью, не опасного для жизни человека и не повлекшего тяжелых последствий, но вызвавшего длительное расстройство здоровья или значительную стойкую утрату общей трудоспособности менее чем на одну треть, - наказывается арестом на срок от трех до шести месяцев или лишением свободы на срок до трех лет.

То же деяние, совершенное:

- а) в отношении двух или более лиц;
- б) в отношении лица или его близких в связи с осуществлением данным лицом служебной деятельности или выполнением общественного долга;
- в) с особой жестокостью, издевательствами или мучениями для потерпевшего, а равно в отношении лица, заведомо для виновного находящегося в беспомощном состоянии;
- г) группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
- д) из хулиганских побуждений;
- е) по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды, - наказывается лишением свободы на срок до пяти лет.

Статья 115. Умышленное причинение легкого вреда здоровью

Умышленное причинение легкого вреда здоровью, вызвавшего кратковременное расстройство здоровья или незначительную стойкую утрату общей трудоспособности, - наказывается штрафом, либо обязательными работами, либо исправительными работами на срок до одного года, либо арестом на срок от двух до четырех месяцев.

То же деяние, совершенное из хулиганских побуждений, - наказывается обязательными работами, либо исправительными работами, либо арестом на срок от четырех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

Статья 116. Побой

Нанесение побоев или совершение иных насильственных действий, причинивших физическую боль, но не повлекших тяжелых последствий, наказываются штрафом, либо исправительными работами, либо арестом на срок до трех месяцев.

Те же деяния, совершенные из хулиганских побуждений, - наказываются обязательными, либо исправительными работами, либо арестом на срок от четырех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

Статья 117. Истязание

Причинение физических или психических страданий путем систематического нанесения побоев либо иными насильственными действиями, если это не повлекло за собой смерть или длительное расстройство здоровья потерпевшего, - наказывается лишением свободы на срок до трех лет.

То же деяние, совершенное:

- а) в отношении двух или более лиц;
- б) в отношении лица или его близких в связи с осуществлением данным лицом служебной деятельности или выполнением общественного долга;
- в) в отношении женщины, заведомо для виновного находящейся в состоянии беременности;
- г) в отношении заведомо несовершеннолетнего или лица, заведомо для виновного находящегося в беспомощном состоянии либо в материальной или иной зависимости от виновного, а равно лица, похищенного либо захваченного в качестве заложника;
- д) с применением пытки;
- е) группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
- ж) по найму;
- з) по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды, наказывается лишением свободы на срок от трех до семи лет.

Примечание. Под пыткой в настоящей статье и других статьях настоящего Кодекса понимается причинение физических или нравственных страданий в целях понуждения к даче показаний или иным действиям, противоречащим воле человека, а также в целях наказания либо в иных целях.

Статья 119. Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью

Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью, если имелись основания опасаться осуществления этой угрозы, -наказывается ограничением свободы на срок до двух лет, либо арестом на срок от четырех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

Статья 130. Оскорбление

1. Оскорбление, то есть унижение чести и достоинства другого лица, выраженное в неприличной форме, - наказывается штрафом, либо обязательными работами, либо исправительными работами на срок до шести месяцев.

Замечания для ведущих:

Очень часто подростки задают вопрос: «Почему какого-то парня или девушку привлекли к уголовной ответственности за то, что они защищали себя?» Существуют статьи, определяющие наказания в таких случаях.

Статья 113. Причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью в состоянии аффекта

Умышленное причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью, совершенное в состоянии внезапно возникшего сильного душевного волнения (аффекта), вызванного насилием, издевательством или тяжким оскорблением со стороны потерпевшего либо иными противоправными или аморальными действиями (бездействием) потерпевшего, а равно длительной психотравмирующей ситуацией, возникшей в связи с систематическим противоправным или аморальным поведением потерпевшего, наказывается ограничением свободы на срок до двух лет или лишением свободы на тот же срок.

Статья 114. Причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью при превышении пределов необходимой обороны либо при превышении мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление

Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, совершенное при превышении пределов необходимой обороны, - наказывается ограничением свободы на срок до двух лет или лишением свободы на срок до одного года.

Умышленное причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью, совершенное при превышении мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление, - наказывается ограничением свободы на срок до двух лет или лишением свободы на тот же срок.

Закончить информационно-правовую часть можно следующим образом.

Ведущий-юрист: «Как видите, ребята, безобидная, на ваш взгляд, драка при конфликтной ситуации может привести к печальным последствиям и "отравить" жизнь вам и вашим близким надолго, даже в том случае, если вы защищали себя. Наверное, лучше разрешать конфликты без применения физической силы».

Замечания для ведущего-юриста: Часто ребята задают провокационный вопрос: «Если меня будут бить, я не должен защищать себя, опасаясь нанести вред здоровью нападающему?» В этом случае можно обратиться к Законам.

Статья 37. Необходимая оборона

Не является преступлением причинение вреда посягающему лицу в состоянии необходимой обороны, то есть при защите личности и прав обороняющегося или других лиц, охраняемых законом интересов общества или государства от общественно опасного посягательства, если это посягательство было сопряжено с насилием, опасным для жизни обороняющегося или другого лица, либо с непосредственной угрозой применения такого насилия.

Защита от посягательства, не сопряженного с насилием, опасным для жизни обороняющегося или другого лица, либо с непосредственной угрозой применения такого насилия, является правомерной, если при этом не было допущено пределов необходимой обороны, то есть умышленных действий, явно не соответствующих характеру и опасности посягательства. 2.1. Не являются превышением пределов необходимой обороны действия обороняющегося характера действия обороняющегося лица, если это лицо вследствие неожиданности посягательства не могло объективно оценить степень и характер опасности нападения.

3. Право на необходимую оборону имеют в равной степени все лица независимо от их профессиональной или иной специальной подготовки и служебного положения. Это право принадлежит лицу независимо от возможности избежать общественно опасного посягательства или обратиться за помощью к другим лицам или органам власти.

Ведущий-юрист: «Так что если вы понимаете, что ваша жизнь и здоровье в опасности, вы можете защищать себя, ведь ваши действия в этом случае не являются умышленными. В случае если в своей защите вы причините вред другому человеку, то «предел необходимой обороны» будет устанавливаться следственными органами и судом. Но лучше избегать ситуаций, когда вы сами, ребята, подвергаете себя опасности или провоцируете нападение на себя».

- **УПРАЖНЕНИЕ «ЗАГИБАНИЕ ПАЛЬЦЕВ»**

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Время: 5 минут.

Содержание:

Ведущий: «Представьте, что вы получили подзатыльник. Исходное положение свободное, руки полусогнуты в локтях. На счет «раз» загнули один палец. Второй палец загибается при получении второго подзатыльника, при каждом следующем подзатыльнике загибается по одному пальцу. Загнув десятый палец после десятого подзатыльника, вы получите два кулака, которыми можно дать сдачи тому, кто отпускает вам подзатыльники. Внимательно посмотрите на свои кулаки и подумайте, стоит ли пускать их в ход. Пока вы загибали пальцы, вам стало так смешно, что подзатыльники вы стали принимать не как обиду, а как шутку».

- **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «ЗА ЧТО НЕСЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ РОДИТЕЛЬ»**

Цель: предоставление возможности осознать ответственность родителей.

Время: 10 минут.

Содержание:

Предметом обсуждения становится разделение ответственности за проступки подростков их родителями. Необходимо совместно с ребятами выделить тот момент, когда поступок несет неприятности только для самого подростка, а когда это затрагивает и его родителей.

Замечания для ведущих: Очень важно показать ребятам, что родители переживают за любые неудачи своего ребенка, даже говоря им: «Так тебе и надо, сам хотел — сам и разбирайся!» Если бы им была безразлична его жизнь, они просто не заметили бы его неудачу.

- **ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ ЗА НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ»**

Цель: информирование относительно правовой ответственности родителей.

Время: 15 минут.

Содержание:

Ведущий-юрист: «Ребята, ваши родители беспокоятся о вас, заботятся, кормят, одевают, лечат, учат. Это их святая обязанность, которая прописана в Семейном кодексе. В соответствии со статьей 63 Семейного кодекса, родители несут ответственность за воспитание и развитие детей. Они обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом и нравственном развитии своих детей.

Родители являются законными представителями своих детей и выступают в защиту их прав и интересов в отношениях с любыми физическими и юридическими лицами, в том числе в судах.

Но они и без Кодекса все делают для вас, потому что вас любят. И даже ругая вас, споря с вами, они вас любят. Они не хотят, чтобы вы, совершив преступление, испортили себе жизнь и несли ответственность перед Законом, да и родители привлекаются к ответственности за правонарушения своих детей.

Если ребенок еще не достиг возраста ответственности, то наказание несут родители. Например: подросток, не достигший возраста 16 лет, совершил кражу. Кто будет возмещать ущерб? Родители. А если 14-летний нанес увечья своему однокласснику в драке или по неосторожности? Снова отвечают родители. Конечно, в тюрьму их не посадят, но перед Законом они несут административную ответственность.

В законах существуют статьи, по которым на родителей накладываются определенные обязанности при совершении преступления их несовершеннолетним ребенком».

Статья 91. Содержание принудительных мер воспитательного воздействия

Предупреждение состоит в разъяснении несовершеннолетнему вреда, причиненного его деянием, и последствий повторного совершения преступлений, предусмотренных настоящим Кодексом.

Передача под надзор состоит в возложении на родителей или лиц, их заменяющих, либо на специализированный государственный орган обязанности по воспитательному воздействию на несовершеннолетнего и контролю за его поведением.

Обязанность загладить причиненный вред возлагается с учетом имущественного положения несовершеннолетнего и наличия у него соответствующих трудовых навыков. В случае, если у несовершеннолетнего нет личных средств, материальный ущерб возмещают родители.

Ограничение досуга и установление особых требований к поведению несовершеннолетнего могут предусматривать запрет посещения определенных мест, использования определенных форм досуга, в том числе связанных с управлением механическим транспортным средством, ограничение пребывания вне дома после определенного времени суток, выезда в другие местности без разрешения специализированного государственного органа. Несовершеннолетнему может быть предъявлено также требование возвратиться в образовательное учреждение либо трудоустроиться с помощью специализированного государственного органа. Контроль выполнения условий возлагается на родителей и контролирующие органы.

Ведущий-юрист: «На каждой территории существуют Подразделения по делам несовершеннолетних Управления внутренних дел и Комиссии по делам несовершеннолетних при Администрации. Инспекторы постоянно посещают семью, а в случаях невыполнения условий несовершеннолетний и его родители привлекаются к ответственности.

Вот такие неприятности могут иметь родители, если их ребенок совершает правонарушения. Поэтому, когда вам родители запрещают гулять до поздней ночи, они вправе это делать, так как они несут ответственность за вашу жизнь, здоровье и поведение. И когда они предъявляют вам свои требования, вспоминайте о законах, прежде чем отстаивать свое "право"».

Замечания для ведущих:

Нужно спросить ребят, как теперь они понимают претензии родителей? Можно обратиться к списку претензий к родителям, которые ребята могут высказать, а ведущий записывает их на доске, и обратить внимание ребят, что родители, даже интуитивно, соблюдают законы.

- УПРАЖНЕНИЕ «КАТАНИЕ ПО ПОЛУ»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Время: 5 минут.

Содержание:

Ведущий: «Мы познакомились с законами, определяющими ответственность родителей за вашу жизнь и здоровье, поговорили о претензиях родителей. Но нужно же и свою точку зрения отстаивать. Сейчас мы потренируемся.

Лягте на спину. Согнутые ноги упираются в пол. Дыхание глубокое. Отталкиваясь ногами от пола, перекачивайтесь с боку на бок, издавая на выдохе громкие вопли. Выполняйте эти движения после отказа родителей купить вам компьютер, мотоцикл или квартиру в престижном районе. Внимательно смотрите, как выполняют упражнения ваши соседи. Кого они вам напоминают?. Конечно же маленьких детей, когда мама не покупает им немедленно мороженое».

- **РЕФЛЕКСИЯ**

Цель: получение обратной связи.

Время: 10 минут.

Содержание: Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии и задают вопросы.

ЗАНЯТИЕ 3

Цель: формирование умения противостоять негативному влиянию, знакомство с ответственностью за групповые правонарушения.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

Время: 90 минут.

- **РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЯ**

Цель: создание доброжелательной рабочей обстановки.

Время: 5 минут.

- **УПРАЖНЕНИЕ «УЧИМСЯ ГОВОРИТЬ "НЕТ"»**

Цель: формирование навыков аргументированного отказа.

Время: 15 минут.

Содержание:

Каждый из участников проходит по кругу, останавливаясь перед товарищами. Сидящие по очереди обращаются к нему с просьбой или приказом. Задача: сказать «нет», при этом обосновав свой отказ.

Обсуждение:

В каких случаях было легче отказывать: при просьбе, при приказе или при приглашении действовать вместе? Как правило, очень трудно отказаться, когда человек просит (мы ощущаем себя выше просящего) и при приглашении на совместную деятельность (нас удовлетворяет признание наших способностей). В этих случаях мы попадаем под влияние.

Замечания для ведущего:

Необходимо предупредить ребят, что просьба должна иметь не оскорбляющий характер.

- **МОЗГОВОЙ ШТУРМ «ПРОТИВОСТОЯНИЕ ВЛИЯНИЮ»**

Цель: развитие умения противостоять влиянию со стороны.

Материалы: бумага, ручки.

Время: 15 минут.

Содержание:

Подросткам предлагается обсудить, что такое влияние и на что или на кого можно повлиять? Влияние — это способность убедить человека поступить так, как хочется тебе, или способность предпринять какие-либо действия, изменяющие исход ситуации?

Далее обсуждается, всегда ли влияние отрицательно? Каким образом можно отличить отрицательное влияние? Каковы способы негативного влияния? (Запугивание, шантаж, угроза, подражание, зависимость, избиение, давление на личность и т. д.) Подросткам предлагается высказаться, хочется ли им поддаваться такому влиянию, и к каким последствиям может привести соглашение? Что необходимо предпринять, чтобы уйти из-под негативного влияния?

Составляется план безопасности. Необходимо убедить подростков, что обращение за помощью — это не признание собственной слабости, а проявление способности противостоять. В план должны быть включены и такие пункты, как обращение к родителям и взрослым, к учителям, в органы милиции, телефоны доверия.

Замечания для ведущих:

У некоторых ребят, возможно, уже был опыт обращения за помощью с отрицательным исходом для них самих. В этом случае нужно сказать подросткам, что каждый человек имеет право на ошибку, но не стоит думать обо всех людях, что они в каждом случае обращения за

помощью оттолкнут, откажут или осмеют. Это просто черствые недалекие люди. Лучше обращаться за помощью не к посторонним, а в правоохранительные органы. Там работают профессионалы, и они знают, как помочь.

- **РОЛЕВАЯ ИГРА «СИТУАЦИЯ ПРИНУЖДЕНИЯ»**

Цель: моделирование ситуации принуждения со стороны.

Время: 15 минут.

Содержание:

Подросткам предлагается разыграть сценку, когда группа или кто-то один принуждает сверстника совершить противоправный поступок.

Обсуждение:

В группе обсуждаются различные исходы ситуации.

Замечания для ведущих:

Нужно расспросить тех ребят, которые «подвергались» принуждению, и тех, которые «принуждали», об их чувствах в этот момент. Также обсуждается и то, чего «принуждающий» в этой ролевой игре добивался? Для чего ему это было нужно? Вероятно, он не знал законов и надеялся, что отвечать не придется никому, виновного не найдут.

- **УПРАЖНЕНИЕ «НЕВОЛЬНАЯ БОРЬБА»**

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Время: 5 минут.

Содержание:

Ведущий: «Для выполнения этого упражнения вам понадобится партнер, который очень занят, куда-то спешит, отказывается, отнекивается и вообще не хочет с вами иметь дела. Хихикая, обхватите его руками и приступайте к борьбе. Это упражнение развивает не только устойчивость к предложению побороться, но и к настойчивости отказа от нее. Итак, разбиваемся на пары и тренируемся».

- **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «КТО ОТВЕЧАЕТ В ТОЛПЕ»**

Цель: развитие способности к прогнозированию ответственности за свои проступки.

Время: 15 минут.

Содержание:

Подросткам предлагается вспомнить известные им по телепередачам ситуации возникновения каких-либо действий, идущих в разрез с Законом, когда правонарушения совершались группой. Что нарушалось? Каков был исход? Для примера можно взять погромы на рынках, беспорядки, связанные с поведением футбольных фанатов или скинхедов.

Замечания для ведущих: Нужно сказать, что приведенный пример не единичен и не только скинхеды совершают погромы. За рубежом и в России множество объединений, группировок и сект, которые пропагандируют расизм и ксенофобию.

- **ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ГРУППОВЫЕ ПРАВОНАРУШЕНИЯ»**

Цель: информирование об ответственности за групповые нарушения.

Время: 20 минут.

Содержание:

Ведущий-юрист знакомит участников со статьями УК, предусматривающими наказания за правонарушения, совершенные группой, и за вовлечение несовершеннолетних в преступную деятельность.

Статья 150. Вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления

Вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления путем обещаний, обмана, угроз или иным способом, совершенное лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, - наказывается лишением свободы на срок до пяти лет.

То же деяние, совершенное родителем, педагогом либо иным лицом, на которое законом возложены обязанности по воспитанию несовершеннолетнего, - наказывается лишением свободы на срок до шести лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные с применением насилия или с угрозой его применения, - наказываются лишением свободы на срок от двух до семи лет.

Деяния, предусмотренные частями первой, второй или третьей настоящей статьи, связанные с вовлечением несовершеннолетнего в преступную группу, либо в совершение тяжкого

или особо тяжкого преступления, - наказываются лишением свободы на срок от пяти до восьми лет.

Статья 151. Вовлечение несовершеннолетнего в совершение антиобщественных действий

Вовлечение несовершеннолетнего в систематическое употребление спиртных напитков, одурманивающих веществ, в занятие бродяжничеством или попрошайничеством, совершенное лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, - наказывается обязательными работами на срок от ста восьмидесяти до двухсот сорока часов, либо исправительными работами на срок от одного года до двух лет, либо арестом на срок от трех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до четырех лет.

То же деяние, совершенное родителем, педагогом либо иным лицом, на которое законом возложены обязанности по воспитанию несовершеннолетнего, - наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок от четырех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до пяти лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные с применением насилия или с угрозой его применения, - наказываются лишением свободы на срок до шести лет.

Важно отметить, что если несовершеннолетнего вовлекли в преступную деятельность, он не является пострадавшим. Это является послаблением, но при этом не освобождает от ответственности.

А вот когда подростки совершают правонарушение «толпой», то это утяжеляет наказание. Например, если нанесен физический вред здоровью одним человеком, то ему назначается наказание в виде лишения свободы до трех лет, а если он был не один, то до пяти лет. Если над человеком издевается кто-то один, то его «посадят» на три года, а если истязание совершается группой, то ее участникам грозит заключение до семи лет. Причем выявляется зачинщик и ему назначается самая жесткая мера, предусмотренная статьей. Все правонарушения, совершенные группой лиц, считаются правонарушениями по предварительному сговору.

Статья 35. Совершение преступления группой лиц, группой лиц по предварительному сговору, организованной группой или преступным сообществом (преступной организацией)

Преступление признается совершенным группой лиц, если в его совершении совместно участвовали два или более исполнителя без предварительного сговора.

Преступление признается совершенным группой лиц по предварительному сговору, если в нем участвовали лица, заранее договорившиеся о совместном совершении преступления.

Преступление признается совершенным организованной группой, если оно совершено устойчивой группой лиц, заранее объединившихся для совершения одного или нескольких преступлений.

Преступление признается совершенным преступным сообществом (преступной организацией), если оно совершено сплоченной организованной группой (организацией), созданной для совершения тяжких или особо тяжких преступлений, либо объединением организованных групп, созданным в тех же целях.

Лицо, создавшее организованную группу или преступное сообщество (преступную организацию) либо руководившее ими, подлежит уголовной ответственности за их организацию и руководство ими в случаях, предусмотренных соответствующими статьями Особенной части настоящего Кодекса, а также за все совершенные организованной группой или преступным сообществом (преступной организацией) преступления, если они охватывались его умыслом. Другие участники организованной группы или преступного сообщества (преступной организации) несут уголовную ответственность за участие в них в случаях, предусмотренных соответствующими статьями Особенной части настоящего Кодекса, а также за преступления, в подготовке или совершении которых они участвовали.

Создание организованной группы в случаях, не предусмотренных статьями Особенной части настоящего Кодекса, влечет уголовную ответственность за приготовление к тем преступлениям, для совершения которых она создана.

Совершение преступления группой лиц, группой лиц по предварительному сговору, организованной группой или преступным сообществом (преступной организацией) влечет более строгое наказание на основании и в пределах, предусмотренных настоящим Кодексом.

Обсуждение: Как вы думаете, кто виновник погромов на улицах Москвы после футбольного матча на кубок мира 2003 года и кто будет отвечать?

Замечания для ведущих: Необходимо вывести ребят на осознание виновности всех участников погрома, еще раз обращаясь к Законам.

- УПРАЖНЕНИЕ «СБИТЬ С НОГ»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Время: 5 минут.

Содержание:

Ведущий: «Это упражнение лучше всего выполнять в группе во время выскакивания из школы после последнего урока. В качестве партнеров по мере тренированности, выбираются: сначала учащиеся младших классов и старшеклассники, затем учителя во главе с директором, и, наконец, стоящие в городе памятники на постаментах. Во время выполнения упражнения по улицам сносятся с ног люди, кошки и собаки, затем переходите к более крупным объектам: киоскам, ларькам и торговым палаткам, находящимся на вашем пути и мешающим свободному передвижению. Итак, давайте выберем, кто из вас будет изображать памятники и ларьки, а кто будет "выбегать" из школы. Памятники по местам! Звучит звонок с последнего урока! Побежали! А теперь, "памятники" и "ученики" меняются местами. Побежали! Кому было веселее: памятникам или бегущим?»

Замечания для ведущих: Предупредите ребят, что «памятники» разрушать до основания не нужно.

- РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Время: 10 минут.

Содержание: Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии и задают вопросы.

ЗАНЯТИЕ 4

Цель: развитие навыков, позволяющих отказаться от предложения попробовать наркотики или токсические вещества, знакомство с правовой ответственностью за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных средств.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

Время: 90 минут.

- РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЯ.

Цель: создание доброжелательной рабочей обстановки.

Время: 5 минут.

- УПРАЖНЕНИЕ «НАСТРОЕНИЕ»

Цель: осознание зависимости поступков от настроения.

Материалы: бумага, ручки.

Время: 10 минут.

Содержание:

Ведущий предлагает подросткам составить список настроений, в который должны входить не только позитивные переживания, но и негативные. Затем им дается задание написать напротив каждого утверждения, что они обычно предпринимают, чтобы улучшить свое настроение, а что могут применить для его еще большего улучшения. В результате должно получиться три колонки.

Замечания:

Хорошо, если подростки сами напишут, что для ведущих улучшения настроения можно покурить, выпить пиво или другой алкоголь, принять наркотик.

Обсуждение:

Попытка каким-то химическим путем повысить настроение – это что: уход от проблемы или ее решение? Надолго ли настроение поднимется? Что будет потом?

- МОЗГОВОЙ ШТУРМ «ПОЧЕМУ ЛЮДИ ПРИМЕНЯЮТ НАРКОТИКИ»

Цель: выявление причин применения наркотиков.

Время: 10 минут.

Содержание:

Участникам предлагается назвать причины применения наркотических средств и перечислить, в каких случаях разрешается их применение.

Замечания:

Подросткам показывается необходимость для ведущих применения наркотических средств в медицине. Наркоз необходим при операциях, чтобы снизить болевые ощущения больного, ведь

без наркоза операция будет походить на истязание. Онкологическим больным также нужны препараты для снижения боли, их страдания нестерпимы.

• **МОЗГОВОЙ ШТУРМ «ЦЕПОЧКА: К ЧЕМУ ВЕДЕТ ПРОБА НАРКОТИКА И ТОКСИЧЕСКОГО ВЕЩЕСТВА»**

Цель: обнаружение последствий пробы наркотика, осознание возможности и необходимости отказа от употребления наркотиков.

Материалы: бумага, ручки.

Время: 10 минут.

Содержание:

Подросткам предлагается выстроить логическую цепочку: от предложения попробовать наркотик до последнего этапа применения. На каких звеньях можно прервать путь к смерти от наркотика. Важно подвести к пониманию того, что только отказ от предложения попробовать наркотик может предотвратить негативные изменения в жизни, а в конечном итоге — спасти от печального исхода.

Замечания:

Ребята могут высказывать бытующее в их для ведущих среде мнение, что только от одной пробы зависимости не наступает. В этом случае нужно сказать, что, демонстрируя интерес к предложению, даже не пробуя, человек становится уже зависимым. Распространитель наркотиков будет предлагать вновь и вновь, пока человек не согласился или не откажется. А разве хочется попадать в зависимость от кого-либо? Не лучше ли сразу сказать «нет», не объясняя, почему?

Содержание:

Ведущий: «Если человек не смог сразу сказать "нет" и время от времени соглашается на применение наркотика, то постепенно у него развивается привыкание. Оно характеризуется:

- желанием дальнейшего приема наркотика с целью улучшения настроения;
- желанием увеличивать дозу;
- некоторой степенью психической зависимости от наркотика, но отсутствием физической зависимости (нет "ломки"). Отсутствие "ломки" уводит человека в болезнь: он думает, что если не ломает, то он не болен. Это ошибочное убеждение. "Враг" не показывает себя сразу, а подкрадывается, в результате чего постепенно болезнь прогрессирует и человек становится полностью зависимым от наркотика.

Зависимость характеризуется:

- сильным желанием или непреодолимой потребностью дальнейшего приема наркотика, а также попытками получить его любой ценой;
- увеличением дозировки по мере развития зависимости;
- психической и физической зависимостью от эффекта наркотика.

Психическая зависимость — это форма отношения между наркотиком и личностью, зависящая от специфического эффекта наркотика; теперь не человек управляет своим эмоциональным состоянием, а наркотик.

Физическая зависимость — это состояние, выражающееся в явных нарушениях физиологии в случае прекращения приема наркотика. Отныне человек не может управлять своим самочувствием: оно полностью зависит от наркотика. Физическая зависимость означает тягостные и мучительные ощущения — ломка, болезненное состояние. От этих ощущений избавляет прием наркотика, который наркоман стремится добыть любым путем, даже с помощью преступления.

• **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «ЧТО ЛЮДИ ПРИОБРЕТАЮТ И ЧТО ТЕРЯЮТ ОТ ПРИМЕНЕНИЯ НАРКОТИКА»**

Цель: выявление потерь при применении наркотиков.

Материалы: бумага, ручки.

Время: 15 минут.

Содержание:

Участникам предлагается составить список приобретений и потерь, произошедших в связи с применением наркотиков.

Обсуждение:

Что можно потерять или, наоборот, приобрести, употребляя наркотики? Необходимо вывести участников на то, что, испытывая короткий «кайф», человек в конечном итоге теряет все, даже жизнь. Стоит ли этот «кайф» таких потерь?

Замечания:

Очень важно, чтобы подростки поняли, что самое дорогое у человека — это его жизнь. Можно показать это наглядно. Например: потерял деньги, но ты продолжаешь жить без этих средств, находишь, от чего можно отказаться. От тебя ушел любимый человек, ты переживаешь, но продолжаешь жить. Твоя жизнь кончилась — тебя больше нет, и не будет никогда.

- **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКА – ДЕЛО ЛИЧНОЕ»**

Цель: обсуждение влияния применения наркотиков на близких людей.

Время: 15 минут.

Содержание:

Дискуссия в группе строится на обсуждении следующих вопросов: влияет ли применение наркотика на взаимоотношения с окружающими? Помогают наркотики общаться или мешают? Есть ли у кого-нибудь опыт общения с человеком, находящимся в состоянии наркотического опьянения, приятно ли общаться с таким человеком? Если неприятно, то обычно отношения прекращаются. А как люди, применяющие наркотики, выстраивают свои взаимоотношения с родными и друзьями? Подросткам предлагается порассуждать, каково влияние наркотиков на разрыв отношений с родными и друзьями.

Также необходимо коснуться темы правонарушений, которые совершаются в состоянии наркотического опьянения, и правонарушений по вовлечению других подростков для распространения и применения наркотиков. Часто ли ребята слышат о правонарушениях, совершенных наркоманами? Какого рода правонарушения?

Замечания для ведущих:

Следует спросить ребят, слышали ли они когда-нибудь, что человека суд оправдал в преступлении, совершенном в состоянии наркотического опьянения.

- **ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ХРАНЕНИЕ И СБЫТ НАРКОТИКОВ И ПСИХОТРОПНЫХ СРЕДСТВ»**

Цель: предоставление информации об ответственности за применение, хранение и сбыт наркотиков.

Время: 15 минут.

Содержание:

Ведущий-юрист: «Обычно правонарушения, совершенные в наркотическом состоянии, трактуются как преступления против личности и караются лишением свободы на срок от четырех до восьми лет.

2. Те же деяния, совершенные:

а) группой лиц по предварительному сговору;

б) в крупном размере;

в) лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, в отношении заведомо несовершеннолетнего, - наказываются лишением свободы на срок от пяти до двенадцати лет с штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные:

а) организованной группой;

б) лицом с использованием своего служебного положения;

в) в отношении лица, заведомо не достигшего четырнадцатилетнего возраста;

г) в особо крупном размере, - наказываются лишением свободы на срок от восьми до двадцати лет со штрафом в размере до одного миллиона рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до пяти лет либо без такового.

Статья 229. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ

1. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ - наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет.

2. Те же деяния, совершенные:

а) группой лиц по предварительному сговору;

б) утратил силу - Федеральный закон от 08.12.2003 № 162-ФЗ;

в) лицом с использованием служебного положения;

г) с применением насилия, не опасного для жизни или здоровья, либо с угрозой применения такого насилия, - наказываются лишением свободы на срок от шести до десяти лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они совершены:

- а) организованной группой;
- б) в отношении наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере;
- в) с применением насилия, опасного для жизни или здоровья, либо с угрозой применения такого насилия, - наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей.

Статья 230. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ

1. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ - наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до пяти лет.

2. То же деяние, совершенное:

- а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
- б) утратил силу - Федеральный закон от 08.12.2003 №162-ФЗ;
- в) в отношении заведомо несовершеннолетнего либо двух или более лиц;
- г) с применением насилия или с угрозой его применения, - наказывается лишением свободы на срок от трех до восьми лет.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они повлекли по неосторожности смерть потерпевшего или иные тяжкие последствия, - наказываются лишением свободы на срок от шести до двенадцати лет.

Статья 231. Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества

1. Посев или выращивание запрещенных к возделыванию растений, а также культивирование сортов конопли, мака или других растений, содержащих наркотические вещества, - наказываются штрафом в размере до трехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до двух лет либо лишением свободы на срок до двух лет.

2. Те же деяния, совершенные:

- а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
- б) утратил силу - Федеральный закон от 08.12.2003 №162-ФЗ;
- в) в крупном размере, - наказываются лишением свободы на срок от трех до восьми лет.

Примечание. Размеры запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества, для целей настоящей статьи утверждаются Правительством Российской Федерации.

Статья 232. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ

1. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ - наказываются лишением свободы на срок до четырех лет.

2. Те же деяния, совершенные организованной группой, - наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет.

Ведущий-юрист: «Таким образом, человек, который встал на путь применения наркотиков, автоматически встает и на путь преступления. Когда он уже все вынесет из дому, чтобы иметь средства на приобретение дозы, он попытается добыть средства незаконно. Нередко это приводит к тому, что он попадает на скамью подсудимых».

- УПРАЖНЕНИЕ «ЧАСТОТА ХВАТАНИЙ»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Время: 5 минут.

Содержание:

Ведущий: «Как вы думаете, шоколад — это наркотик? Сладкое влечет и манит, особенно шоколад, мы получаем огромное удовольствие от его поедания. И здесь важна доза: чем больше съешь — тем большее удовольствие получишь. Очень важно потренироваться, чтобы успеть схватить больше шоколадных конфет».

Исходное положение: сидя. Закройте глаза и представьте, что к родителям пришли гости и поставили на стол огромную коробку шоколадных конфет. Ловкими экономными движениями хватайте конфеты и отправляйте в рот одну за другой, стараясь выполнить как можно большее число хватаний в единицу времени. Упражнение будет считаться выполненным, если конфеты кончатся раньше, чем терпение родителей».

- РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Время: 5-10 минут.

Содержание:

Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии и задают вопросы.

ЗАНЯТИЕ 5

Цель: формирование умения отказаться от употребления алкоголя, поиск способов общения и повышения настроения без применения алкоголя, знакомство с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения.

Необходимые материалы: бумага, ручки, пластиковые стаканчики, бутылка с водой.

Время: 90 минут.

• РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЯ

Цель: создание доброжелательной рабочей обстановки.

Время: 5 минут.

• РОЛЕВАЯ ИГРА «ОХ, ЭТОТ ПРАЗДНИК...»

Цель: моделирование ситуации употребления алкогольных напитков, выявление негативных последствий.

Материалы: пластиковые стаканчики, бутылки с водой или минералкой.

Время: 15 минут.

Содержание:

Ведущий: «Сейчас мы с вами поиграем в "праздник". Только уговор: пусть это будет по-настоящему, то есть вы должны делать то, что вы обычно делаете (или наблюдаете), и вести себя так, как будто это происходит в действительности».

Подростки разыгрывают «праздник» или «день рождения» так, как это происходит обычно.

Обсуждение:

Что происходит, когда выпито уже достаточно много? Как ведут себя окружающие? Возможно, кто-то начинает ссориться, их пытаются разнять, возникает коллективная драка, в которой кто-то может пострадать. А возможно, кто-то затаил злобу и может отомстить. И вот этот «кто-то» всего на шаг от преступления против личности, может быть, и тяжкого. Что потом? А может, этого всего могло и не быть? Как избежать беды для многих: и для самого подростка, который преступил Закон, и для его близких и друзей, и для пострадавшего?

Замечания:

Необходимо предупредить подростков, что для ведущих за игру их никто корить не будет, здесь важно только им самим увидеть, что происходит во время этих «праздников». Ребята могут застеняться и сказать, что они не употребляют алкоголь. Это и понятно, их уже поругали за это. Тогда предложите разыграть сценку, которая происходила с их друзьями.

При обсуждении ведущему очень важно взять на себя роль направляющего. Нужно обязательно задавать вопросы, которые, возможно, и заведут в тупик ребят, но неизбежно заставят задуматься над тем, чего можно избежать и каким путем.

• ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «С ПЬЯНОГО ВЗЯТКИ ГЛАДКИ?»

Цель: выявление изменений в поведении человека, принявшего алкоголь.

Время: 15 минут.

Содержание: В группе обсуждается, как изменяется поведение человека, принявшего алкоголь, в частности, как ведут себя пьяные подростки, как они нарушают права других людей. Необходимо подвести к пониманию, что состояние алкогольного опьянения не только не освобождает от ответственности, но и усугубляет вину. Для этого ведущий спрашивает ребят, как они думают, пьяный — это человек, который в силу своего физического состояния освобождается от ответственности, так как не может контролировать свои действия, или он все-таки должен отвечать за свои действия?

Замечания:

Ребята могут зайти в своих рассуждениях в для ведущих тупик: если не можешь контролировать свои поступки — не пей, а если способен отдавать отчет в своем поведении, то имеешь право выпить. Это суждение имеет место не только в среде подростков, но и в обществе в целом, поэтому не стоит укорять ребят за высказывание, которое они частенько слышат. Нужно сказать, что в стране, где не существует запрета на продажу алкоголя и его употребление, мера принятия спиртных напитков — личное дело каждого, исключая несовершеннолетних. А если несовершеннолетний (как и любой гражданин России) совершил преступление в состоянии алкогольного опьянения любой степени, это только усугубляет его вину. Но употребление алкогольных напитков сверх меры — это, прежде всего, показатель бескультуры, неумения

человека найти удовольствие от полезного для себя и других людей занятия, неумения расслабляться в труде и самосовершенствовании.

- **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ПРАВОНАРУШЕНИЯ В СОСТОЯНИИ АЛКОГОЛЬНОГО ОПЬЯНЕНИЯ»**

Цель: информирование об ответственности за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения.

Время: 20 минут.

Содержание:

Ведущий-юрист спрашивает ребят, не обратили ли они внимание при рассмотрении правовых норм об ответственности несовершеннолетних за тяжкие преступления на то, что ни в одной из статей не существуют пункты или ссылки, указывающие на послабление наказания человеку, находящемуся в состоянии любого опьянения. То есть Закон не оправдывает человека пьяного, к нему применяются точно такие же меры, как и к трезвому. Так почему же мы говорим о том, что алкоголь еще и утяжеляет ответственность?

Замечания:

Пусть участники сами поищут варианты ответа. Здесь дискуссия вполне уместна. В конечном итоге они сами выйдут на ответ: у пьяного не работают «тормоза», он не сможет вовремя остановиться при возникновении конфликтной ситуации или когда его пытаются вовлечь в преступные действия. А бывает и бравурует своей «смелостью» и безнаказанностью, «пьяному море по колено» (вот бы послушать, что он говорил бы в трезвом виде) и нередко совершает правонарушение на публику. В этих случаях у человека ослаблен контроль своего поведения, но это не может служить оправданием: он несет полную ответственность за свои действия перед Законом.

Можно рассмотреть конкретные ситуации, когда знакомые ребят совершили правонарушения «по пьяни», что из этого вышло, насколько пострадали люди, против которых было совершено преступление, и сам нарушитель. Если его судили, то уменьшили ему срок, принимая во внимание, что он был «не в себе», или это, напротив, послужило поводом для ужесточения наказания? А если бы этот человек был трезвый, он смог совершить проступок?

- **МОЗГОВОЙ ШТУРМ «КТО ИДЕТ ЗА "КЛИНСКИМ"?»**

Цель: осознание причин употребления алкогольных напитков.

Материалы: бумага, ручки.

Время: 15 минут.

Содержание:

Участникам в течение 5 минут предлагается ответить на вопрос «Кто идет за "Клинским"?» После окончания работы каждый озвучивает свой список, наиболее часто встречающиеся варианты заносятся на доску. Каждое высказывание обсуждается, задается вопрос «Почему?». Необходимо вывести подростков на осознание, что за «Клинским» идет не самый умный или красивый, а тот, кому этого пива хочется выпить.

По окончании ведущий спрашивает: «Пиво — это алкогольный напиток или нет?». Как бы ни ответили подростки, нужно сказать, что в пиве содержится от 4 до 12 % алкоголя (исключая безалкогольное).

Замечания:

Нужно обязательно сказать, что пиво является слабо алкогольным напитком, но поскольку у подростков нет устойчивости к алкоголю в связи с несформированностью гормонального баланса, оно для них является крепким алкогольным напитком.

- **ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «АЛЬТЕРНАТИВА АЛКОГОЛЮ»**

Цель: выявление возможностей для отказа от алкоголя.

Время: 15 минут.

Содержание:

Ведущий просит ребят высказаться о том, чего, по их мнению, добивается человек, употребляя спиртные напитки, и что он получает, а может, и теряет. Причем пиво тоже рассматривается как спиртной напиток, поскольку в нем содержится доля алкоголя.

Затем ведущий предлагает участникам вспомнить: чего человек добивается, употребляя спиртные напитки? Список желаемого нужно перенести на доску. Достигнет ли желаемых результатов этот человек и на какое время?

Ведущий: «Если человек и достигнет необходимого эффекта после принятия алкоголя, то только на короткое время, пока действуют "винные пары", а потом ему нужно будет опять выпить,

чтобы вновь стало хорошо. И вот это "опять" — уже зависимость, алкоголизм. Болезнь страшная, которая ведет к материальным потерям, к потерям близких, друзей и самого себя.

А может, стоит поискать другие способы расслабиться, стать раскованным, отказаться от спиртного, когда предлагают выпить, научиться веселиться без допинга?»

Поиск других способов проводится по пунктам, которые обозначены на доске. Напротив каждого желания записывается новый способ достижения желаемого состояния.

Замечания:

Обычно в начале дискуссии ребята говорят, что употребляют алкоголь, чтобы расслабиться, чтобы чувствовать себя более раскованными в компании, потому, что все, с кем они общаются, выпивают, а праздники принято проводить с выпивкой, на дискотеках неинтересно без «допинга». И здесь нужно спросить, как они думают, становится ли интереснее общаться с ними самими, после того как они приняли «допинг»? Могут поступить утвердительные ответы — ведь они в этом случае становятся более раскованными. Тогда нужно уточнить: может, более развязными? Где грань между развязностью и раскованностью? Наверное, всем приходилось общаться с «принявшими на грудь» ребятами, находясь при этом в трезвом виде? Ну и как? Увидели себя со стороны?

- **УПРАЖНЕНИЕ «ВЫПЯЧИВАНИЕ СЕБЯ»**

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Время: 5 минут.

Содержание:

Ведущий: «Многие из вас, наверное, видели, как кичатся люди своими достоинствами и успехами. Для того чтобы правильно кичиться, нужно хорошенько потренироваться. Все встали. Исходное положение свободное. На счет раз — выставить живот, на счет два — все свои остальные достоинства. На счет три, если вас еще не заметили, можете нарушить правила приличия и показать на себя пальцем. У кого лучше всего получилось это упражнение?»

- **РЕФЛЕКСИЯ**

Цель: получение обратной связи.

Время: 5-10 минут.

Содержание:

Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии и задают вопросы.

ЗАНЯТИЕ 6

Цель: знакомство с понятиями «вандализм» и «вандалы», предоставление информации об ответственности за акты вандализма.

Необходимые материалы: конструктор «Лего», фотографии или вырезки из журналов с рисунками граффити.

Время: 90 минут.

- **РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЯ**

Цель: создание доброжелательной рабочей обстановки.

Время: 5 минут.

- **УПРАЖНЕНИЕ «МЫ СТРОИЛИ, СТРОИЛИ...»**

Цель: исследование чувств подростков во время наблюдения акта вандализма.

Материалы: конструктор «Лего» (возможны любые варианты набора «строительного» материала).

Время: 20 минут.

Содержание:

Ведущий: «Вам предстоит за 10 минут построить из этих предметов все, что вы пожелаете. Как вы это будете делать, решать вам. Время пошло».

Замечания:

Пока ребята увлечены творчеством, у вас для ведущих есть прекрасная возможность пронаблюдать, насколько группа сплотилась за время занятий, выявились ли лидеры, как подростки сумеют прийти к единому мнению: что и как построить. Ведь в задании не было указано, что конкретно должно в результате получиться. После того как работа будет окончена и оценена самими ребятами, вам придется взять на себя роль «вандала». Вам нужно без предупреждения подойти и разрушить то, что сотворили подростки. Предположительно, вы услышите массу возгласов возмущения, увидите недоумение в их глазах, они ведь так старались. Объясните, что сейчас они увидели акт вандализма и вандалом были вы.

Обсуждение:

Какие чувства вы испытывали, когда строили, и какие, когда результат вашего труда был разрушен.

• **МОЗГОВОЙ ШТУРМ «ЧТО ТАКОЕ "ВАНДАЛИЗМ" И КТО ТАКИЕ "ВАНДАЛЫ"?»**

Цель: предоставление возможности самостоятельно определиться с понятиями «вандализм» и «вандалы».

Время: 10 минут.

Содержание:

Подростки высказывают свои мысли о том, кто такие вандалы, что такое вандализм, на что он направлен, какие цели преследуют вандалы.

Замечания:

Если ребята высказывают ошибочные мнения, не нужно их поправлять. Самое главное, чтобы они рассуждали и думали.

• **ИНФОРМАЦИОННАЯ ЧАСТЬ «ВАНДАЛИЗМ И ВАНДАЛЫ»**

Цель: информирование о видах вандализма, людях, которые совершают акты вандализма и их целях.

Время: 15 минут.

Содержание:

Ведущий: «Вандализм — одна из форм разрушительного поведения человека, бессмысленное уничтожение культурных и материальных ценностей. Статистические данные показывают, что большинство актов вандализма совершается молодыми людьми до 25 лет, а основное число вандалов — это подростки 13-17 лет. В общественном сознании вандализм часто предстает бессмысленным, бесцельным и немотивированным поведением. Это ошибочное мнение обывателей. На самом деле, вандалы — люди, разрушающие для достижения каких-либо целей.

1. Разрушение приносит материальную выгоду. Разрушаются и увозятся на переплавку памятники и ограды, надгробные плиты из металла.

2. Разрушение используется как средство для достижения других целей. Например, чтобы не допустить снижения цен, уничтожаются целые партии товара.

3. Разрушение преследует социальные или политические цели. Уничтожаются еврейские надгробия, разрушаются церкви, то есть объект разрушения носит символический смысл.

4. Разрушение происходит в ответ на обиду или оскорбление. Портится имущество частного лица или орудия производства на предприятии, которое уволило рабочих.

5. Разрушение как игра. Подростки пытаются поднять свой статус в группе сверстников за счет проявления силы, ловкости, смелости.

6. Злобное разрушение вызвано противостоянием с другими людьми.

Как вам кажется, какие же чувства испытывают люди, совершающие акты вандализма?»

Ребята могут назвать всю гамму человеческих чувств и переживаний: от получения удовольствия до вспышки гнева.

Ведущий: «Психологи и социологи, исследуя феномен вандализма, пришли к выводу, что вандалы испытывают следующие чувства:

- гнев, досада, неспособность справиться со стрессом;
- скука, желание развлечься, поиск новых ощущений, связанных с опасностью;
- желание понять, что там внутри;
- удовольствие от звуков и вида разрушаемого;
- удовольствие от реакции окружающих, некий эпатаж;
- чувство самоутверждения.

И ради того, чтобы эти чувства испытать на короткое время, подростки могут подвергнуться ответственности, предусмотренной Законодательством».

• **ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ВАНДАЛИЗМ»**

Цель: знакомство со статьями Законодательства, предусматривающими ответственность за вандализм.

Время: 15 минут.

Содержание:

Ведущий-юрист знакомит подростков с тем, какой ответственности подлежат люди, совершающие акты вандализма:

Статья 214. Вандализм

Вандализм, то есть осквернение зданий или иных сооружений, порча имущества на общественном транспорте или в иных общественных местах, - наказывается штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок от ста двадцати до ста восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок от шести месяцев до одного года, либо арестом на срок до трех месяцев. (в ред. Федерального закона от 08.12.2003 № 162-ФЗ)

Статья 243. Уничтожение или повреждение памятников истории и культуры

1. Уничтожение или повреждение памятников истории, культуры, природных комплексов или объектов, взятых под охрану государства, а также предметов или документов, имеющих историческую или культурную ценность, - наказываются штрафом в размере до двухсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до восемнадцати месяцев либо лишением свободы на срок до двух лет (в ред. Федерального закона от 08.12.2003 № 162-ФЗ)

2. Те же деяния, совершенные в отношении особо ценных объектов или памятников общероссийского значения, - наказываются штрафом в размере от ста тысяч до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от одного года до трех лет либо лишением свободы на срок до пяти лет (в ред. Федерального закона от 08.12.2003 № 162-ФЗ)

Статья 244. Надругательство над телами умерших и местами их захоронения

1. Надругательство над телами умерших либо уничтожение, повреждение или осквернение мест захоронения, надмогильных сооружений или кладбищенских зданий, предназначенных для церемоний в связи с погребением умерших или их поминовением, - наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок от ста двадцати до ста восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до одного года, либо арестом на срок до трех месяцев. (в ред. Федерального закона от 08.12.2003 № 162-ФЗ)

2. Те же деяния, совершенные:

а) группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
б) по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды, а равно в отношении скульптурного, архитектурного сооружения, посвященного борьбе с фашизмом или жертвам фашизма, либо мест захоронения участников борьбы с фашизмом;
в) с применением насилия или с угрозой его применения, - наказываются ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок от трех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до трех лет.

Все эти статьи предусматривают наказание уже не просто за хулиганские или антиобщественные действия, а рассматриваются как наказание именно за акты вандализма.

• ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «СОЗДАТЕЛИ ГРАФФИТИ - ЭТО ВАНДАЛЫ ИЛИ СВОБОДНЫЕ ХУДОЖНИКИ?»

Цель: определение границ вандализма и свободного творчества.

Материалы: вырезки из журналов или фотографии с работами граффити.

Время: 15 минут.

Содержание:

Ведущий: «Все, возможно, уже встречались с названием "граффити" и видели такие рисунки на стенах домов, на гаражах, на общественном транспорте. Определите: эти картины относятся к искусству или к порче имущества?»

Чтобы участникам было проще искать ответ на вопрос, можно показать им вырезки из журналов и фотографии.

Замечания:

Желательно не вмешиваться в ход дискуссии. Ребята должны сами прийти к решению: когда настенные рисунки приносят пользу и их можно рассматривать как творчество, а когда они носят оскорбительный характер, нарушая архитектурную гармонию или когда осуществляя порчу имущества, тем самым представляя собой акт вандализма. Если ребята не смогли сами определить границы использования настенной живописи, нужно им подсказать.

Содержание:

Ведущий: «Мы с вами определили, в каких случаях граффити допустимо. Как же сделать так, чтобы даже за прекрасные картины, которые приносят пользу людям, вы не были наказаны? Лучше, если ребята увлекающиеся настенной живописью, объединятся в группу, найдут объект,

на котором эта живопись будет уместна, получают разрешение в соответствующей организации. Вот тогда это не будет выглядеть вандализмом, а принесет удовольствие от работы и вам самим и окружающим».

- УПРАЖНЕНИЕ «НАСТЕННЫЕ РИСУНКИ»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Материалы: классная доска, цветные мелки.

Время: 10 минут.

Содержание:

Ведущий: «Сейчас мы с вами на время станем граффитерами. (Ребята разбиваются на 2-3 команды в зависимости от размеров доски.) Встаньте на стулья и на доске, так высоко, как вы только сможете достать, начертите рамочку. Отодвиньте стулья и постарайтесь по очереди за минимальное количество прыжков с пола нарисовать в своих рамочках персонажей известных сказок, каких — решите сами». Команду-победителя награждают овациями.

- РЕФЛЕКСИЯ

Цель: получение обратной связи.

Время: 5-10 минут.

Содержание: Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии и задают вопросы.