



Департамент социальной защиты населения Вологодской области

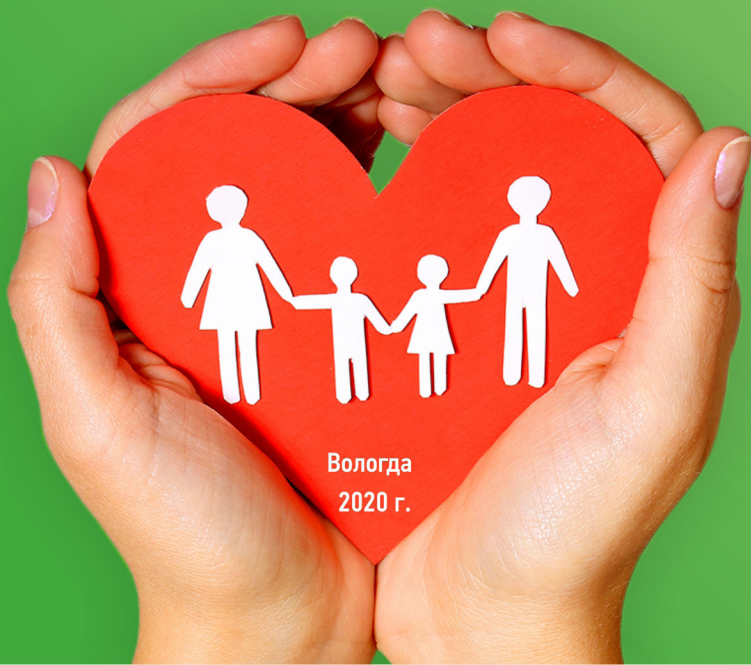
Бюджетное учреждение социального обслуживания
Вологодской области

«Территориальный центр социальной помощи семье и детям»



АКАДЕМИЯ СЕМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Сборник
программно–методических разработок



Вологда
2020 г.

Департамент социальной защиты населения Вологодской области

Бюджетное учреждение социального обслуживания
Вологодской области
«Территориальный центр социальной помощи семье и детям»

АКАДЕМИЯ СЕМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

**Сборник
программно–методических разработок**

**Вологда
2020 г.**

Сборник подготовлен и издан при поддержке Благотворительного фонда помощи детям и социально незащищенным слоям населения «Ключ», в рамках проекта «Академия семейного благополучия» Всероссийского конкурса «Семейная гавань» при поддержке Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко.

«Академия семейного благополучия». Сборник программно-методических разработок/Департамент социальной защиты населения Вологодской области/БУ СО ВО «Территориальный центр социальной помощи семье и детям» - Вологда: 2020-83 с.

Составитель сборника: бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Территориальный центр социальной помощи семье и детям».

Сборник программно-методических разработок «Академия семейного благополучия» составлен по результатам практической деятельности специалистов учреждений социального обслуживания Вологодской области, работающих с семьей и детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации и/или социально опасном положении. Представленные программы направлены на повышение уровня родительских воспитательных, психологических, педагогических компетенций, разрешение проблем социально-психологического, эмоционального взаимодействия в семье, формирование у детей и подростков навыков социально одобряемого поведения, бесконфликтного общения.

Материалы сборника могут быть полезны специалистам учреждений социального обслуживания, образования, здравоохранения, чья профессиональная деятельность связана с помощью детям и их семьям.

СОДЕРЖАНИЕ

Лобытова О.Г., Плоскова Н.Ф. Алгоритм действий специалиста по социальной работе в рамках социального сопровождения семей с детьми.....	6
Маркова З.В., Шишова А.Н. Программа формирования у подростков навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях «Зеркало».....	18
Архиповская М.И. Программа профилактики жестокого обращения с детьми «Жизнь вне опасности»	35
Горбункова Н.Г., Новомлинская Е.В. Программа профилактики жестокого обращения с детьми «Арабеска»	40
Серебрякова А.А., Черненко Е.П. Программа профилактики жестокого обращения с детьми «Счастливое детство».....	45
Маркова З.В., Шишова А.Н. Программа повышения родительских компетенций «Родительская академия».....	55
Едемская Л. В., Хлопина И.В. Программа развития у подростков коммуникативных навыков «Мы в ответе за свои поступки».....	69

Алгоритм действий специалиста по социальной работе в рамках социального сопровождения семей с детьми

*Лобытова Ольга Генриховна,
заместитель директора;
Плоскова Надежда Флорианцевна,
заведующий отделением срочного
социального обслуживания.
Бюджетное учреждение социального
обслуживания Вологодской области
«Территориальный центр социальной
помощи семье и детям»*

Алгоритм действий по социальному сопровождению семей с детьми разработан в соответствии с Модельной программой социального сопровождения семей с детьми, в том числе замещающих, в Вологодской области, утвержденной приказом Департамента социальной защиты населения Вологодской области от 30.12.2016 № 1785.

Социальное сопровождение – деятельность по оказанию содействия гражданам, в том числе родителям, опекунам, попечителям, иным законным представителям несовершеннолетних детей, нуждающимся в медицинской, психологической, педагогической, юридической, социальной помощи, не относящейся к социальным услугам, путем привлечения организаций, предоставляющих такую помощь, на основе межведомственного взаимодействия.

Основной целью социального сопровождения семей с детьми в организациях социального обслуживания является помощь в решении медицинских, психологических, педагогических, юридических и социальных проблем, повышение качества их жизни, уровня социального обслуживания, в интересах предупреждения и преодоления семейного неблагополучия, сохранения семьи для ребенка.

Семья, нуждающаяся в социальном сопровождении – это граждане - члены семей, нуждающиеся в социальном обслуживании, в том числе (помимо предоставления социальных услуг) или только в социальном сопровождении. В соответствии с требованиями федеральных нормативно-правовых актов к таким семьям в обязательном порядке относятся семьи, находящиеся в социально опасном положении, замещающие семьи.

Семью, нуждающуюся в социальном сопровождении, составляют граждане – члены семьи, нуждающиеся в помощи посредством организации социального сопровождения или нуждающиеся в предоставлении социальных услуг и социального сопровождения.

На основании анализа обстоятельств, определяющих нуждаемость граждан в социальном сопровождении, оно осуществляется в отношении следующих семей с детьми, в том числе:

- воспитывающей детей-инвалидов;
- воспитывающей детей с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от рождения до 3-х лет;
- многодетной;
- малообеспеченной (с низким уровнем дохода);
- имеющей намерение отказаться от ребенка (в том числе от новорожденного);
- с одним родителем, воспитывающим несовершеннолетних детей;
- находящейся в социально опасном положении;
- переселенцев, беженцев;
- с несовершеннолетними детьми, в которых один или оба родителя страдают алкогольной или наркотической зависимостью;
- другие категории семей.

Указанные категории семей наиболее часто переживают ситуации, связанные с нарушением благоприятных условий для жизнедеятельности ребенка в семье.

Семья, находящаяся в социально опасном положении - семья, имеющая детей, находящихся в социально опасном положении, а также семья, где родители или иные законные представители несовершеннолетних не исполняют своих обязанностей по их воспитанию, обучению и (или) содержанию и (или) отрицательно влияют на их поведение либо жестоко обращаются с ними (Федеральный закон «Об основах профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» № 120-ФЗ от 24.06.1999г.).

Семья, находящаяся в трудной жизненной ситуации - семья, попавшая в ситуацию, объективно нарушающую жизнедеятельность членов семьи (инвалидность, болезнь, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и тому подобное), которую семья не может преодолеть самостоятельно (Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 г. N 124-ФЗ).

При планировании работы с семьей в рамках социального сопровождения рекомендуется придерживаться следующего алгоритма.

Шаг 1. Выявление обстоятельств, обуславливающих нуждаемость семей с детьми в социальном сопровождении.

К обстоятельствам, обуславливающим нуждаемость в социальном сопровождении семей с детьми относятся:

- кризис детско-родительских отношений в семье, в том числе пренебрежение нуждами детей;

- наличие признаков насилия, жестокого обращения родителей (иных законных представителей) с ребенком (детьми), включая физическое, психическое, сексуальное насилие;
- отсутствие у ребенка (детей) необходимой одежды, регулярного питания;
- несоблюдение в семье с детьми санитарно-гигиенических условий проживания;
- полная или частичная утрата родителями контроля за поведением, воспитанием и обучением детей;
- неудовлетворенная потребность в оказании специализированной медицинской помощи детям-инвалидам;
- неудовлетворенная потребность детей-инвалидов в создании доступной среды проживания, профессиональном обучении;
- конфликт в семье родителей с детьми, угрожающий жизни детей;
- отсутствие работы у родителей (иных законных представителей детей);
- среднедушевой доход семьи с детьми ниже полуторной величины прожиточного минимума по региону (бедность);
- девиантное поведение, правонарушения/преступление подростка.

Основаниями для начала процедуры по постановке на социальное сопровождение семьи являются:

- письменное заявление родителя (законного представителя несовершеннолетнего);
- сообщение, поступившее от физических и юридических лиц, в том числе из служб экстренной социально-психологической помощи, подключенных к единому общероссийскому номеру детского телефона доверия (8 800-2000-122);
- сообщение, поступившее от органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

Шаг 2. Проверка достоверности факта неблагополучия семьи, социально опасного положения; диагностика семьи и анализ проблем семьи; определение типа и категории семьи; выделение признаков неблагополучия.

При получении информации о предполагаемом неблагополучии специалистами Центра совместно со специалистами органов системы профилактики проводится проверка полученной информации путем первичного обследования условий жизни несовершеннолетнего и (или) семьи, в ходе которого составляется Акт обследования жилищно-бытовых условий.

Формы проверки достоверности фактов:

- направление письменного запроса в учреждения системы профилактики;
- получение информации от ближайшего окружения семьи несовершеннолетнего;

- сбор и анализ информации о семье и (или) несовершеннолетнем;
- выход в семью/несовершеннолетнему и знакомство с ее членами/несовершеннолетним;
- выявление проблем семьи и (или) несовершеннолетнего и распределение их по значимости;
- анализ детско-родительских отношений;
- изучение ресурсов семьи;
- выявление социально-значимых лиц для семьи и (или) несовершеннолетнего;
- изучение эмоционального климата в семье и др.

Шаг 3. Принятие семьи на социальное сопровождение.

Результаты первичного обследования семьи специалистами отделения профилактики безнадзорности несовершеннолетних, заявления граждан на признание нуждаемости в социальном сопровождении рассматриваются и обсуждаются на первичном Патронажном совете.

Патронажный совет является коллегиальным органом Центра, объединяющий специалистов по социальной работе, кураторов семей/граждан, состоящих на социальном сопровождении с целью планирования единой стратегии социального сопровождения семей/граждан, проектирования действий специалистов, разработке и реализации индивидуальных программ социального сопровождения, контроля за их выполнением, оценки эффективности социального сопровождения.

Первичный Патронажный совет проводится с целью определения нуждаемости семьи/гражданина в социальном сопровождении либо отказа в социальном сопровождении. Назначается куратор семьи, определяется уровень социального сопровождения:

1. Адаптационный уровень включает реализацию мероприятий сопровождения, направленных на обеспечение взаимного принятия и привыкания членов замещающей, приемной, молодой и иной семьи, в течение первого года ее создания.

2. Базовый (профилактический) уровень включает реализацию мероприятий сопровождения, направленных на оказание социальной, психологической, педагогической и иной помощи семьям с детьми с целью предупреждения кризисной ситуации во взаимоотношениях.

3. Кризисный уровень включает реализацию мероприятий сопровождения, направленных на оказание семье с детьми специализированной помощи по устранению конфликтных и иных кризисных ситуаций, возникших на ранней стадии и угрожающих семейным отношениям.

4. Экстренный уровень включает реализацию мероприятий сопровождения, направленных на оказание помощи семье с детьми с целью предотвращения существующей угрозы для сохранения семьи.

Решение первичного Патронажного совета оформляется протоколом, в котором ставится дата проведения, номер протокола, фиксируется факт

постановки семьи/гражданина на социальное сопровождение, указывается уровень социального сопровождения семьи/гражданина, назначается куратор семьи.

Этап принятия семьи на сопровождение включает деятельность специалиста по получению от семьи согласия (письменного заявления) от одного или обоих родителей, законных представителей на сотрудничество со специалистами, осуществляющими сопровождение.

Шаг 4. Разработка индивидуальной программы социального сопровождения (ИПСС) семьи и (или) несовершеннолетнего.

Индивидуальная программа социального сопровождения семьи (ИПСС) – это документ, в котором отражена система мероприятий работы с семьей по оказанию ей медицинской, педагогической, психологической, юридической и социальной помощи в целях выявления и устранения причин, послуживших основанием ухудшения условий её жизнедеятельности, снижения возможностей самостоятельно обеспечивать свои основные жизненные потребности. Индивидуальная программа социального сопровождения семьи должна быть направлена на повышение качества жизни семьи, преодоление ее неблагополучия, предотвращение лишения родительских прав, профилактику социального сиротства, отказов от ребенка, преодоление трудностей воспитания детей в семье, повышение психолого-педагогической компетентности родителей, социальное и психологическое оздоровление семьи, сохранение нравственного и физического здоровья несовершеннолетних, а также обеспечивать необходимые психолого-педагогические и социально-педагогические условия полноценной жизнедеятельности ребенка.

Индивидуальная программа социального сопровождения семьи может являться составной частью индивидуальной программы социального обслуживания, дополняющей ее мероприятия, а также может быть самостоятельным документом в случаях, когда индивидуальная программа социального обслуживания не оформляется.

Куратор семьи разрабатывает совместно с семьей проект индивидуальной программы сопровождения, включающей мероприятия по разрешению проблемы семьи, сроки их реализации с определением зоны ответственности семьи и куратора по решению сложившихся проблем семьи, сведения о заинтересованных организациях, ответственных за исполнение мероприятий индивидуальной программы.

ИПСС включает в себя следующие разделы:

1. Сведения о семье.
2. Информация о решениях Патронажного совета.
3. Планирование мероприятий по оказанию помощи семье/гражданину.
4. Выполнение индивидуальной профилактической работы с семьей/гражданином в рамках социального сопровождения.
5. Осуществление взаимодействия с субъектами системы профилактики.

6. Контроль организации социального сопровождения семьи/гражданина. Форма индивидуальной программы социального сопровождения семьи представлена в приложении 1.

Куратор семьи представляет ИПСС на Контрольный Патронажный совет, который рассматривает и утверждает программу.

Шаг 5. Реализация индивидуальной программы социального сопровождения семьи и (или) несовершеннолетнего.

Этап реализации индивидуальной программы сопровождения семьи включает действия участников сопровождения согласно уровню сопровождения по решению проблем(ы) семьи; проведение промежуточной диагностики состояния семьи; проведение Контрольного Патронажного совета с целью корректировки при необходимости дальнейших действий в отношении семьи.

Содержание социального сопровождения семьи в рамках межведомственного взаимодействия может включать в себя меры медицинской, психологической, педагогической, юридической и социальной помощи.

По форме социальное сопровождение семьи может быть индивидуальным, когда принимается на сопровождение один из членов семьи и групповым, когда сопровождаются все члены семьи.

Шаг 6. Оценка эффективности (мониторинг) социального сопровождения семьи и (или) несовершеннолетнего. Итоговый Патронажный совет.

На этапе мониторинга, по истечении установленных сроков выполнения индивидуальной программы социального сопровождения семьи, специалистом-куратором семьи совместно с заинтересованными организациями проводится промежуточный анализ эффективности социального сопровождения семьи с целью определения дальнейших действий в отношении социального сопровождения семьи (прекращения социального сопровождения с выработкой дальнейших рекомендаций семье или продолжения). Результаты мониторинга куратор семьи представляет на Итоговый Патронажный совет, который принимает решение о снятии семьи с сопровождения, либо определяет необходимость дальнейшего сопровождения семьи.

Основанием для досрочного прекращения сопровождения (расторжения договора о социальном сопровождении) являются отказ родителей от дальнейшей работы со специалистами организации, а также невыполнение одной из сторон условий программы сопровождения.

Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Территориальный центр социальной помощи семье и детям»

Индивидуальная программа социального сопровождения семьи/гражданина (нужное подчеркнуть)

ФИО родителя/гражданина: _____
 Адрес проживания: _____
 Телефон: _____
 Куратор семьи: _____
 Категория семьи: _____

Уровень сопровождения семьи/гражданина:

Уровень сопровождения	Дата постановки	Дата перевода	Дата снятия
адаптационный			
базовый			
кризисный			
экстренный			

1. Сведения о семье

Фамилия, имя, отчество члена семьи	Степень родства	Дата рождения	Место работы / учебы/образование
1.			

...

2. Информация о решениях Патронажного совета

Первичный Патронажный совет

Дата	№ протокола	Решение первичного Патронажного совета
		Поставить семью/гражданина на социальное сопровождение Уровень: адаптационный, базовый, кризисный, экстренный (нужное подчеркнуть) Куратор семьи:

Контрольный Патронажный совет

Дата	№ протокола	Решение контрольного Патронажного совета
		Индивидуальная программа социального сопровождения утверждена. Уровень сопровождения семьи: Срок реализации индивидуальной программы сопровождения семьи: Куратор семьи:
		Выполнение программы сопровождения: Индивидуальная программа социального сопровождения скорректирована на период: Уровень сопровождения семьи: Куратор семьи:

Итоговый Патронажный совет

Дата	№ протокола	Решение итогового Патронажного совета
		Оценка эффективности (мониторинг) социального сопровождения семьи и (или) несовершеннолетнего:
		Снять семью с социального сопровождения, основание для снятия:

3. Планирование мероприятий по оказанию помощи семье/гражданину

Диагностический этап

Задача	Сроки проведения	Мероприятие	Ответственный	Результат
Выявление проблем семьи	До 14 дней с момента постановки на социальное сопровождение	Составление паспорта семьи		
		Собеседование с членами семьи		
		Обследование жилищно-бытовых условий семьи		
		Психологическая диагностика детско-родительских отношений		
		Социальная/психологическая диагностика семейной структуры		

Результаты первичной комплексной диагностики семьи

Заключение специалиста по социальной работе	
Заключение психолога	
Заключение других специалистов (при необходимости)	
Потребности семьи в оказании помощи	

Задачи социального сопровождения семьи / несовершеннолетнего (отметить в перечне возможных задач)

- о Повышение уровня родительской компетенции
 - о Организация досуга
- о Консультирование о мерах социальной поддержки
- о Получение правового консультирования по вопросам гражданского, жилищного, процессуального, трудового, уголовного кодекса, КоАП
- о Соблюдение требований санитарно-гигиенических норм жилого помещения
- о Формирование (мотивация) на ведение ЗОЖ
- о Содействие в трудоустройстве
- о Содействие в организации ребенка в МДОУ/СОШ
- о Содействие в организации отдыха и оздоровления детей
- о Привлечение семьи к социальной активности

Перечень планируемых мероприятий индивидуальной программы социального сопровождения семьи/гражданина

Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственный	Результат	Примечание
Консультативная помощь				
Информирование граждан об услугах Центра, содействие в предоставлении медицинской, психологической, педагогической, юридической, социальной помощи, не относящейся к социальным услугам (социальное сопровождение)				
Консультирование о мерах социальной поддержки семей с детьми				
Консультирование по другим вопросам:				

Юридическая помощь

Содействие в оформлении и восстановлении документов				
Содействие в получении бесплатной юридической помощи				
Содействию в предоставлении интересов семьи/несовершеннолетнего в суде				
Психологическая помощь				
Проведение психологической диагностики родителей, ребенка				
Проведение семейного и индивидуального консультирования по вопросам семейного неблагополучия и личных проблем				
Проведение психологической коррекции (индивидуальные/ групповые занятия, программа)				

Медицинская помощь

Содействие в соблюдении требований санитарно-гигиенических норм жилого помещения				
Формирование (мотивация) на ведение ЗОЖ				
Оказание помощи в прохождении медицинского обследования и лечения				

Педагогическая помощь	
<p>Содействие в повышении уровня родительской компетентности: профилактические беседы, привлечение родителей к групповой работе, клубной деятельности, участие в лектории и пр. Проведение коррекционно-развивающих занятий на Дому с детьми-инвалидами Привлечение семьи к участию в социокультурных мероприятиях</p>	
Социальная помощь	
<p>Содействие в трудоустройстве (родителей/несовершеннолетнего) Содействие в организации учебной деятельности ребенка в МДОУ/СОШ Содействие в организации отдыха и оздоровления детей Содействие в повышении социальной активности семьи Содействие в получении благотворительной натуральной помощи Содействие в получении благотворительной материальной помощи Содействие в получении государственной социальной помощи Содействие в решении вопросов по оплате услуг ЖКХ Содействие в проведении реабилитации и абилитации детей-инвалидов Содействие в развитии коммуникативного потенциала ребенка-инвалида (обучение использованию ТСР, обучение навыкам поведения в быту) Содействие в организации досуга несовершеннолетних</p>	

С планом мероприятий ознакомлен/а: _____

(подпись родителя)

4. Выполнение индивидуальной профилактической работы с семьей/ гражданином в рамках социального сопровождения

Дата выхода\тел.звонка	Результат	Работа в связи с семьей	Результат

5. Осуществление взаимодействия с субъектами системы профилактики в рамках социального сопровождения семьи/гражданина

дата	Входящая информация и запросы		Исходящая информация и запросы	
	№ приложения	содержание	дата	№ приложения
				содержание

6. Контроль организации социального сопровождения семьи/гражданина

Дата	Мероприятие	Ф.И.О проверяющего	Выявленные замечания	Срок устранения замечаний	Примечание

Программа формирования у подростков навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях «Зеркало»

*Маркова Злата Владиславовна,
психолог отделения психолого-педагогической и ранней помощи;
Шишова Анжелика Николаевна,
психолог отделения психолого-педагогической и ранней помощи.
Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области
«Территориальный центр социальной помощи семье и детям»*

Пояснительная записка. По данным Следственного комитета Вологодской области, за первое полугодие 2020 года подростками было совершено 520 преступлений (год назад - на 23,7% меньше), при этом 46 преступлений совершены в состоянии алкогольного опьянения. Также увеличился уровень повторных подростковых преступлений. Именно эта цифра стала ориентиром для организации психологами бюджетного учреждения социального обслуживания Вологодской области «Территориальный центр социальной помощи семье и детям» профилактической работы и оказания коррекционной психолого-педагогической помощи детям и подросткам, испытывающим трудности в социальной адаптации или склонным к девиантному поведению.

Проявления физической жестокости, вспышки гнева, преднамеренное разрушение чужой собственности, причинение боли и унижения другим людям, – эти симптомы напрямую связаны с одной из актуальных и дискуссионных проблем психологии: феномен агрессивности личности. Проявление агрессии у подростков является проблемой, которая все больше волнует педагогов и родителей.

Программа «Зеркало» нацелена на преодоление агрессивности в подростковом возрасте, поскольку именно в этот период данная проблема стоит наиболее остро и актуально.

Отличительными особенностями занятий для подростков в группе «Зеркало» в бюджетном учреждении социального обслуживания Вологодской области «Территориальный Центр социальной помощи семье и детям» является то, что они:

- 1) проводятся бесплатно, что является важным фактором для семей, имеющих невысокий материальный достаток;
- 2) по заявкам образовательных учреждений занятия могут проводиться на базе МОУ СОШ, что делает более эффективной работу группы в плане посещаемости;

3) способствуют развитию социально-одобряемого поведения, внутреннего потенциала, позитивной «Я-концепции» подростка.

Таким образом, занятия в группе «Зеркало» доступны, актуальны и востребованы.

Цель: профилактика агрессивного поведения у подростков 11-13 лет через формирование умений конструктивно действовать в конфликтных ситуациях; обучение подростков социально-приемлемым способам поведения.

Задачи:

- 1) сформировать у подростков навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- 2) сформировать у подростков адекватную самооценку и уверенное поведение;
- 3) снизить у подростков уровень тревожности;
- 4) повысить ответственность подростков за свои поступки;
- 5) сформировать у подростков социально-приемлемые способы общения.

Целевая группа: подростки от 11 до 13 лет.

Организационные условия: занятия проводятся 1 раз в неделю в форме групповых занятий продолжительностью 40 минут. Состав группы - до 8 человек. Параллельно с занятиями в программе предусмотрены индивидуальные и групповые консультации родителей и подростков.

Требования к помещению: кабинет, стулья, столы, мультимедийное оборудование, отдельный реквизит, который индивидуален для каждого занятия.

Виды занятий: игровые упражнения, подвижные игры, рефлексивные задания, аналитические задания, групповая дискуссия.

Этапы реализации программы

1. Вводная часть (1-2 занятие)

Задачи:

- знакомство;
- установление эмоционального контакта;
- сплочение группы;
- уточнение ожиданий участников;
- первичная диагностика.

2. Основная часть (3-9 занятие)

Задачи:

- развитие коммуникативных навыков;
- развитие навыков взаимодействия в группе;
- обучение детей конструктивным способам управления собственным поведением;
- формирование чувства ответственности за свои поступки;
- формирование адекватной самооценки, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов;
- снижение уровня агрессивности и тревожности.

3. Заключительная часть (10 занятие)

- заключительная диагностика

Задачи:

- оценка эффективности занятий;
- закрепление навыков общения.

Описание общей структуры занятия

1. Вводная часть:

ритуал приветствия, знакомство (на 1 занятии), создание положительного эмоционального настроения, атмосферы принятия и готовности к дальнейшей деятельности.

2. Основная часть:

игры, упражнения, направленные на формирование навыков неагрессивного поведения подростков. Физкультминутка, направленная на снятие мышечных зажимов, умение владеть своим телом.

3. Заключительная часть:

рефлексия занятия; ритуал прощания.

Ожидаемые результаты реализации программы

1. Снижение уровня агрессивности и тревожности у группы подростков.
2. Формирование у подростка адекватной самооценки.
3. Развитие уверенного поведения.
4. Повышение ответственности подростка за свои поступки.
5. Формирование навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

Критерии эффективности программы

1. Повышение мотивации участников программы: характеризуется высокой заинтересованностью родителей и подростков в занятиях.
2. Востребованность программы: характеризуется количеством желающих участвовать в программе и регулярностью посещений подростками занятий.
3. Результативность: характеризуется достижением поставленных задач. Оценка производится средствами психологической диагностики.

Диагностический инструментарий

1. Тест агрессивности. Модификация опросника Басса-Дарки (адаптация Л.Г. Почебута).
2. Методика диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению ТОМАСА (адаптация Гришиной).

Тематическое планирование занятий

№ п/п	Название занятия	Кол-во час.	Цель	Формы и методы	Материально-техническое обеспечение
1.	«Будем сотрудничать». Проведение первичной диагностики	1	Создание благоприятных условий для работы в группе	Игровые упражнения	1.Коробка с карандашами 2.Ватманы 3.Диагностический инструментарий
2.	«Познакомимся поближе»	1	1.Установление контакта с подростками 2.Создание положительной мотивации к предстоящим занятиям	1. Игровые упражнения 2.Групповая дискуссия 3.Диагностика	1.Листы бумаги, карандаши
3.	«Я тебя понимаю»	1	Отработка навыков уверенного поведения	1.Игровые упражнения 2.Групповая дискуссия	1.Листы бумаги, карандаши
4.	«Мои проблемы»	1	1.Отработка навыков саморегуляции 2.Разрядка агрессии	1.Игровые упражнения 2.Групповая дискуссия 3.Мини-лекция 4.Релаксационное упражнение	1.Листы бумаги, карандаши
5.	«Конфликт»	1	Знакомство с понятием «конфликт», видами конфликтов и способами их разрешения	1.Игровые упражнения 2.Групповая дискуссия	1.Карточки с названиями стратегий 2.Листы бумаги, карандаши
6.	«Эффективные приемы общения»	1	Применение на практике способов разрешения конфликтных ситуаций в межличностных отношениях	1.Игровые упражнения 2.Групповая дискуссия	1.Листы бумаги, карандаши 2.Карточки с названиями животных

7. «Полюби себя»	1	1. Развитие уверенности через любовь к себе 2. Закрепление благоприятного отношения к себе	1. Игровые упражнения 2. Групповая дискуссия	1. Мячи разных цветов 2. Листы бумаги, карандаши
8. «Мои слабости»	1	1. Активизация процесса самопознания 2. Повышение самопонимания на основе своих положительных качеств	1. Игровые упражнения 2. Групповая дискуссия	1. Листы бумаги, карандаши
9. «Будьте собой, но в лучшем виде»	1	1. Развитие способности понимания своего состояния и состояния других людей	1. Игровые упражнения 2. Групповая дискуссия 3. Диагностика	1. Листы бумаги, карандаши 2. Диагностический инструментарий
10. «Прощай...»	1	1. Закрепление представлений участников о своей уникальности 2. Закрепление дружеских отношений между членами группы	1. Игровые упражнения 2. Групповая дискуссия	1. Листы бумаги, карандаши

Список использованной литературы

1. Амбросьева, Н. Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников: методическое пособие / Н. Н. Амбросьева. – М.: Глобус, 2008. – 187 с.
2. Вачков, И. В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учеб.-метод. пособие / И. В. Вачков. – М.: Ось-89, 2002. – 223 с.
3. Мое здоровье: формирование ценностного отношения к здоровью и профилактика ВИЧ/СПИДа у подростков в школе: программы, методики, сценарии занятий, диагностики, мероприятия / П. П. Кучегашева, Ю. В. Науменко, И. В. Федоскина. – М.: Глобус, 2008. – 235 с.
4. Макарычева, Г. И. Коррекция девиантного поведения: тренинги для подростков и их родителей / Г. И. Макарычева. – СПб: Речь, 2007. – 367 с.
5. Подхватилин, Н. В. Психокоррекционная профилактика подростковой наркозависимости: Практик. рук. к проведению тренинга для шк. психологов, соц. работников / Н. В. Подхватилин. – М.: Твор. центр, 2002. – 62 с.

6. Родионов, В. А. Я и другие. Тренинги социальных навыков для учащихся 1-11 классов / В.А. Родионов, М.А. Ступницкая, О.В. Кардашина. – Ярославль: Акад. развития, 2001. – 223 с.

7. Руководство практического психолога: психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Российская академия образования. Психологический институт / под ред. И. В. Дубровиной. – М.: Академия, 1995. – 122 с.

8. Цукерман, Г. А. Психология саморазвития / Г. А. Цукерман, Б. М. Мастеров. – М.: Фирма «Интерпракс», 1995. – 286 с.

Приложение 1

Конспекты занятий по программе «Зеркало»

Занятие № 1: «Будем сотрудничать»

1. *Выход к теме. Разбор проблемной ситуации.*

Ведущий предлагает участникам разыграть сценку: «Учительница на продленке предложила детям нарисовать портрет, но не у всех детей были свои карандаши, поэтому учительница поставила одну коробку с цветными карандашами для всего класса. Маша подошла к коробке и взяла один карандаш, но тут Оксана подбежала и выхватила его из рук. На что Маша отреагировала агрессией, и у девочек произошла ссора».

Обсуждение. Ведущий: «Как вы думаете, кто из девочек неправ? Почему? – Неправы обе девочки, почему? Что они не умеют делать?»

Вывод: «Оксана, конечно, неправа, она должна была подойти и спросить, - когда Маша сможет отдать ей карандаш, а не хватать его. Но и Маша повела себя неверно. Ей необходимо было спросить у Оксаны, почему она так поступила, и объяснить ей, что карандаш пока что нужен ей, а когда она закончит рисовать, - она отдаст его Оксане».

После разбора сценка снова разыгрывается с учетом выводов.

2. *Упражнение «Учимся сотрудничать»*

Ведущий: «Ребята, а вы умеете сотрудничать? Что значит слово «сотрудничать»? Вы бы хотели научиться сотрудничать друг с другом?»

Давайте постараемся научиться на сегодняшнем занятии».

Ведущий обсуждает с детьми понятие «Сотрудничество».

Сотрудничество - это:

– совместная деятельность, в результате которой все стороны получают ту или иную выгоду;

– умение договариваться без применения насилия;

– умение не довести спорный вопрос до конфликта.

Когда все вместе выполняют одну работу, - это можно отнести к сотрудничеству?

– Когда работают дружно?

Вывод: таким образом, абсолютно в любой деятельности человека мы должны уметь сотрудничать, потому что мы попадаем в коллектив, где

находятся и работают такие же люди, как и мы, у которых есть и свои интересы. Сотрудничать нужно, чтобы не возникало конфликтов.

3. Игра «Рисуем командой»

Ведущий выбирает 2 людей из группы - командиров двух команд. Командиры выбирают себе команду из 6 человек. На доске прикреплены 2 листа ватмана. На этих листах членам команд нужно нарисовать изображение по заданию, которое ведущий дает каждой команде в распечатанном виде. Разговаривать запрещается. Общаться можно только мимикой и жестами.

Обсуждение впечатлений от игры.

4. Упражнение - игра «Распускающийся бутон»

Ведущий приглашает 2 участников.

Ведущий: «Сядьте на пол и возьмитесь за обе руки. Постарайтесь вместе одновременно встать, не отпуская рук».

Добавляются еще 2 участника, - та же задача.

Ведущий: «Вы можете предварительно обсудить, кто где будет стоять, чтобы лучше выполнить эту задачу».

Добавляются еще 2 участника, и так продолжается, пока вся группа не встанет в один общий «бутон».

По окончании, когда вся группа будет готова, нужно также всем сесть на пол, вместе, одновременно встать, отклониться назад и, не расцепляя руки, поднять их вверх, формируя лепестки распустившегося бутона.

5. Проведение первичной диагностики

1. Тест агрессивности. Модификация опросника Басса-Дарки (адаптация Л.Г. Почебута).

2. Методика диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению ТОМАСА (адаптация Гришиной).

Занятие № 2: «Познакомимся поближе»

1. Упражнение «Знакомство: Алексей, апельсин, Амстердам».

Каждый из участников по очереди представляет себя группе с помощью триады, в которой:

- первое слово – его имя,
- второе – блюдо (желательно, которое он любит!),
- заключительное слово – название города.

Все три слова начинаются с той же буквы, что и имя участника, к тому же за весь круг нельзя ни разу повторить названия блюд и городов, прозвучавших ранее!

2. «Игра «Бинго-бинго»

Ведущий: «Сейчас каждый из вас получит бланк «Бинго» и карандаш. Вам необходимо как можно быстрее заполнить любые 6 клеток подряд по горизонтали, вертикали или диагонали именами людей, которые смогли бы утвердительно ответить на все ваши вопросы, написанные в квадратах».

Кто играет на музыкальном инструменте?	Кто любит учиться?	Кто боится числа 13?	Кто не терпит, когда рядом с ним матерятся?	Кто изучает английский язык?	У кого день рождения в январе?
Кто участвовал когда-нибудь в сборе винограда?	Кто любит манную кашу?	Кто спит больше 12 часов в сутки?	Кто может самостоятельно приготовить обед?	У кого бабушку зовут Настя?	Кто ни разу не был в цирке?
Кто был за границей?	Кто зимой любит кататься на лыжах?	Кто видел, как цветет сирень?	Кто хотя бы однажды встречал рассвет?	Кто может подтянуться более 10 раз?	Сколько участников с именем Рома?
Кто любит море?	Кто умеет танцевать?	Кто знает наизусть текст гимна?	Кто терпеть не может рок-музыку?	Кто не любит праздновать свой день рождения?	У кого голубые глаза?
У кого есть родимое пятно?	Кто когда-нибудь прыгал с парашютом?	Кто умеет свистеть на пальцах?	Кто считает, что добро должно быть с кулаками?	Кто умеет печь торты?	Кто левша?
Кто знает хотя бы 10 слов на немецком языке?	Кто не хотел ехать на занятия?	Кто умеет самостоятельно ставить палатку?	Кто пел или поет в хоре?	Кто учится без троек?	Кто занимается греко-римской борьбой?

Итак, ваше время вышло.

Обсуждение:

– Что показалось в игре интересным?

– Что заставляло вас задуматься?

– Бывали ли случаи, когда ваши ожидания не оправдались, например, вы думали, что человек, к которому вы подошли, ответит на вопрос, а он вам не отвечал, и наоборот?

– Как вы чувствовали себя в таких случаях?

3. Упражнение «Круг»

Участники становятся в круг. Все протягивают руки к его середине. По команде ведущего все одновременно берутся за руки и делают это так, чтобы в каждой руке оказалась чья-то одна рука. При этом надо стараться не брать за руки с теми, кто стоит рядом. После того, как все руки соединены, участникам предлагается распутаться, не разнимая рук.

4. Упражнение «Безусловное принятие»

Для проведения данного упражнения потребуется мячик. Подростки сидят в кругу.

Ведущий: «Сейчас мы будем бросать друг другу мячик. Но бросать мы будем его не просто так, а говоря тому, кому мы бросили мяч, каким безусловным достоинством или сильной стороной обладает этот человек. Тот, кому бросили мяч, передаст его следующему и скажет о его сильной стороне или безусловном достоинстве и так далее до тех пор, пока мяч не побывает у каждого. Каждый должен узнать о своих сильных сторонах».

Ведущий участвует вместе с детьми в данном упражнении и следит за тем, чтобы мяч обязательно побывал хотя бы один раз у каждого участника группы.

Занятие № 3: «Я тебя понимаю»

1. Упражнение «Твое будущее»

Ведущий: «Традиционное приветствие сегодня мы проведем под девизом «Твое будущее». Приветствуя друг друга, вы должны сделать вашему партнеру небольшой прогноз на будущее. Например, «Здравствуй, Боря, я думаю, что через пять лет ты будешь более добродушным и отзывчивым». Вам нужно подойти по очереди ко всем членам группы и, вспомнив все, что вы уже знаете о своем партнере, высказать предположение о его будущем».

2. Упражнение «Понимание»

Ведущий: «Одно из основных умений человека, которого мы называем общительным, заключается в способности читать мысли и чувства другого человека по глазам, по выражению лица, по позе и т.п. В какой степени эти способности развиты у вас? Давайте проверим прямо сейчас. Среди членов группы выберите человека, чье состояние и мысли вы будете угадывать. Вам дается три минуты на то, чтобы письменно изложить, о чем он думал во время занятия, какие чувства испытывал и т.п. Затем мы сядем в большой круг и вы, обращаясь к человеку, состояние которого описали, расскажите ему о нем (о его состоянии и мыслях). Тот, чье состояние описывали, может прокомментировать этот рассказ, т.е. высказать свое мнение. Если рассказанное вами соответствует его действительным мыслям и ощущениям, он может подтвердить правильность ваших наблюдений или опровергнуть ваши догадки, указав при этом на допущенные вами ошибки».

3. Упражнение «Мы с тобой одной крови»

Ведущий: «Посмотрите внимательно на человека, сидящего рядом с вами. Другой характер, рост, вес, цвет волос или глаз? Наверное, вы видите очень много различий. И это естественно, ведь он – Другой. Но сейчас подумайте о том, что вас объединяет, в чем состоит ваше сходство? Ведь оно есть. Только нельзя об этом спрашивать вашего партнера. В течение 4–5 минут вы будете молча работать, заполняя ваш листок под заголовком «Наше сходство», думая об этом человеке и о себе одновременно, ведь нельзя написать о сходстве, думая только о ком-то другом».

При этом постарайтесь написать не только о чисто физических или биографических признаках, по которым вы похожи друг на друга. Они, разумеется, важны, но поразмышляйте больше о психологических харак-

теристиках, которые вас могут объединять. Что это может быть? Вы оба общительны и добры? Или оба молчаливы и замкнуты?

Именно этот стиль рекомендуется для ваших записей. Мы оба: а) добрые; б) тактичные; в) приятные в общении; г) любим слушать музыку и т.д.

После того, как вы закончите перечислять сходства, нужно обменяться списками, для того чтобы выразить свое согласие или несогласие с тем, что написал ваш партнер. Если вы ничего не имеете против его записей, - они остаются в списке. Если вас что-то не устраивает, - вы просто вычеркиваете эту запись, тем самым давая понять, что ваш партнер ошибся. После взаимного анализа вы можете обсудить результаты работы, особенно если есть вычеркнутые записи».

4. Упражнение «Я тебя понимаю»

Каждому подростку предлагается среди членов группы выбрать человека, чье состояние и мысли он сможет отгадать по глазам, по выражению лица, по позе и т. п.

Участникам дается 3 минуты на то, чтобы письменно изложить, о чем думал выбранный человек во время занятия, какие чувства испытывал и т. д.

Продолжение упражнения может проходить в двух вариантах:

А. Каждый подросток, обращаясь к человеку, состояние которого он описывал, рассказывает ему о нем (о его состоянии и его мыслях). Тот, чье состояние описывали, может прокомментировать этот рассказ. Если рассказанное соответствует его действительным мыслям и ощущениям, - он может подтвердить правильность наблюдений. В противном случае он может опровергнуть догадки, указав на допущенные ошибки.

Б. Каждый подросток описывает состояние партнера, который не знает, что все это относится к нему. Дети должны определить, чье состояние было описано.

Занятие № 4: «Мои проблемы»

1. Упражнение «Вопрос»

Каждый из подростков по очереди выходит перед своей группой и становится к ней спиной. Остальные задают ему любые вопросы, изменяя при этом свой голос (по тону, частоте, громкости, интонации).

Прежде чем ответить на вопрос, отвечающий называет имя спрашивающего. Если он ошибается, то ему об этом сообщают. При этом не обязательно, чтобы каждый задавал вопрос. Постоянным остается количество вопросов. Группа решает сама, кто и сколько вопросов задает.

2. Упражнение «Проблемы»

Ведущий: «В жизни все мы сталкиваемся с различными трудностями, обнаруживаем у себя черты, осложняющие нам жизнь. В то же время если хорошенько подумать, то отыщутся примеры, показывающие, что мы вполне способны с этим справиться».

Детям предлагается вспомнить и записать такие случаи (по одному), а затем рассказать о них. После обсуждения ведущий предлагает таким же образом вспомнить о своих:

- боязни или раздражении, вызываемых критикой в свой адрес;
- стремлении обвинить в своих проблемах других.

Ведущий предлагает разобрать понятие «проблема», предоставив возможность каждому участнику высказать свою точку зрения.

3. Упражнение «Крокодил»

Группа разбивается на две команды. Первая команда загадывает какое-то слово или словосочетание (можно название предметов, часто встречающихся в обиходе), вторая – делегирует своего участника (лучше, если добровольно), которому сообщается загаданное слово. Последний должен изобразить это слово только при помощи жестов и мимики, а его команда попытаться понять, что было загадано.

Команды загадывают слова по очереди. После того, как в роли изображающего побывало большинство участников, можно обсудить чувства, возникавшие, когда приходилось что-то изображать.

4. Упражнение «Свое пространство»

Один из подростков добровольно встает в центр круга. Ведущий предлагает ему представить себя «светилом», на различном расстоянии от которого находятся остальные участники группы – «планеты». Стоящий в центре (протагонист), поворачиваясь лицом к группе, просит встать их на различном расстоянии от себя – так, чтобы очередной участник группы отошел от него на расстояние, соответствующее воображаемой дистанции в межличностных отношениях.

После того, как расстановка группы завершена, ведущий спрашивает протагониста, насколько комфортно созданное им пространство.

Занятие № 5: «Конфликт»

«Конфликты – это норма жизни. Если в вашей жизни нет конфликтов, проверьте, есть ли у вас пульс»

Чарльз Ликсон

1. Упражнение «Конфликты и пути их преодоления»

Ведущий: «Конфликты бывают реальные и нереалистические (надуманные).

КОНФЛИКТ РЕАЛЬНЫЙ - противоречие, разногласие в интересах, желаниях, стремлениях, нарушающее нормальное взаимодействие людей, мешающее достигать цели и приводящее к противоборству. Разрешение такого конфликта направлено на достижение определенного результата — устранение противоречия.

НАДУМАННЫЙ (НЕРЕАЛИСТИЧЕСКИЙ). Целью конфликтующих сторон является выражение отрицательных эмоций, выяснение отношений, а не устранение реального препятствия, противоречия. Конфликт здесь лишь повод обидеть, уязвить, унижить собеседника; зачастую, если спросить у конфликтующих: «Что вы реально хотите выяснить, чего добиться?», то они сами не могут ответить на этот вопрос.

Существуют разные виды конфликтов:

- межличностный конфликт. Приведите, пожалуйста, примеры (дети приводят примеры межличностных конфликтов);
- конфликт между личностью и группой;
- межгрупповой конфликт.

Причинами конфликта могут стать различия в целях, интересах, мнениях, взглядах на жизнь, способах достижения цели, в индивидуальных особенностях людей.

Конфликт – это нормальное проявление социальных связей и отношений между людьми, а также способ взаимодействия при столкновении несовместимых взглядов, точек зрения и интересов. Это нормальное проявление связей и отношений.

Могут быть разные пути разрешения конфликтов:

– *пассивный* - уже после конфликта можно еще долго переживать, что не сообразил, как ответить на хамство или обиду, не успел, не заметил, не ... и еще много всяких «не»; настроение испорчено, чувствуешь себя униженно, сомневаешься в своих силах, недоволен собой. Налицо — моральный ущерб;

– *активный* - есть серьезная опасность пострадать физически (или морально), если противник окажется сильнее. Опять-таки — моральная или физическая травма.

2. Упражнение-тренинг «Как я разрешаю свои конфликты»

Ведущий: «Сейчас вы сможете потренироваться в разрешении конфликтов, которые могут возникнуть как со сверстниками, так и со взрослыми».

Участникам предлагается разделить на группы (по 2-3 человека). Каждая команда получает карточку с описанием ситуации и карточку с названием той стратегии, при помощи которой нужно разрешить конфликт, затем группы разыгрывают ситуацию и выход из нее. Остальные участники игры (не занятые в инсценировании) должны отгадать, какая стратегия выхода из конфликта была использована.

Ситуации (в скобках приводятся возможные варианты выхода из ситуаций для стратегий «Компромисс» и «Сотрудничество»):

1. Ты зовешь друга (подругу) на дискотеку, а он (она) хочет в это время смотреть фильм по телевизору. (Компромисс: вы смотрите половину фильма, а затем идете на дискотеку; сотрудничество: вы идете на дискотеку, а ты просишь своего друга записать фильм на видео).

2. Твой знакомый (знакомая) просит займы денег и обещает вернуть их на следующий день, но ты знаешь по опыту, что он (она) эти деньги не вернет. (Компромисс: ты даешь половину суммы; сотрудничество: ты узнаешь, для чего эти деньги, и думаешь, как бы ты мог помочь иначе).

3. Друг (подруга), который (ая) учится на класс ниже, чем ты, позвонил(а) по телефону и попросил(а) помочь ему(ей) сделать математику к завтрашнему дню. Ты очень занят(а) в этот вечер, потому что готовишься к завтрашней контрольной по физике. (Компромисс: ты помогаешь сделать только половину и предлагаешь другу (подруге) сделать остальную часть домаш-

него задания самостоятельно; сотрудничество: ты просишь кого-нибудь из твоих знакомых помочь ему (ей) и готовишься к контрольной по физике).

4. Родители хотят подарить тебе на день рождения новые лыжи, чтобы ты больше проводил времени на свежем воздухе, но у тебя есть одни лыжи и тебе этого достаточно, ты бы хотел получить в подарок хороший дорогой музыкальный центр. (Компромисс: ты договариваешься с родителями, чтобы они тебе купили дешевый музыкальный центр или плеер и, например, не лыжи, а что-нибудь для катания на лыжах: палки или костюм; сотрудничество: ты объясняешь родителям ситуацию и просишь их купить центр, при этом обещая слушать музыку только по вечерам, а днем проводить больше времени на свежем воздухе).

5. В автобусе ты нечаянно уронил свой билет. Вошел контролер. Другой пассажир, который не может найти свой, но точно знает, что покупал его, поднимает твой. (Компромисс: вы оба договариваетесь оплатить штраф пополам; сотрудничество: ты объясняешь ситуацию и помогаешь пассажиру найти его билет вокруг него).

Занятие № 6: «Эффективные приемы общения»

1. Упражнение «Испорченный телефон»

Ведущий встает в конце цепочки. Таким образом, все дети повернуты к нему спиной. Хлопком по плечу он предлагает повернуться к нему лицом стоящему впереди подростку. Затем он жестами показывает какой-либо предмет (спичечный коробок, пистолет, волейбольный мяч и пр.). Первый участник поворачивается лицом ко второму и также хлопком по плечу просит его повернуться и показывает предмет, второй передает третьему, третий – четвертому и т. д. Последний участник показывает предмет.

Условия: все делается молча, используются только жесты, можно лишь попросить повторить; участники не должны поворачиваться до тех пор, пока предыдущий участник не хлопнет их по плечу.

2. Упражнение «Общение – это...»

(Невербальное общение «Передай другому»)

Дети сидят в кругу и по очереди каждый без слов передает соседу какой-либо воображаемый предмет. Сосед должен «взять» его соответствующим образом и назвать.

Затем он предлагает уже другой, свой предмет следующему по кругу. Упражнение повторяется, пока все не примут участие.

Обсуждение.

3. Упражнение «Точная передача информации. «Пересказ текста»

Ведущий: «Сейчас все вы покинете комнату, останется только один человек. Ему я зачитаю текст. После этого я приглашу в комнату второго участника, и первый перескажет ему текст, который только что прослушал. Затем я приглашу в комнату третьего участника. Второй расскажет ему то, что рассказали ему. Затем я позову следующего, и так до тех пор, пока все участники не окажутся в комнате. Просьба ко всем внимательно слушать каждого участника».

Затем выполняется упражнение согласно инструкции.

Текст подбирается ведущим произвольно. Желательно, чтобы он был малознакомым. Хорошо подходят заметки из рубрики «Информация».

4. Упражнение «Найди свою пару»

Ведущий: «Я раздаю вам карточки, на которых написано название животного. Названия повторяются на двух карточках. К примеру, если вам достанется карточка, на которой будет написано «слон», знайте, что у кого-то есть карточка, на которой тоже написано «слон».

Прочтите, пожалуйста, что написано на вашей карточке. Сделайте это так, чтобы надпись видели только вы. Теперь карточку можно убрать. Задача каждого – найти свою пару. При этом можно пользоваться любыми выразительными средствами, нельзя только ничего говорить и издавать характерные звуки «вашего животного». Другими словами, все, что мы будем делать, мы будем делать молча.

Когда вы найдете свою пару, оставайтесь рядом, но продолжайте молчать, не переговаривайтесь. Только когда все пары будут образованы, мы проверим, что у нас получилось».

Занятие № 7: «Полюби себя»

1. Упражнение «Снежный ком»

Каждый участник называет своё имя и говорит о хобби, которое у него есть или которым он бы хотел заняться. Последующий участник повторяет то, что говорил предыдущий, и говорит о себе, и так по цепочке. Последний участник называет имена и хобби всех представившихся до него участников.

2. Упражнение «Я — уникальный»

Ведущий: «На Земле нет другого человека, подобного нам, каждый человек неповторим».

Ведущий передает налево и направо два мяча разного цвета. Участник слева, получив мяч, продолжает высказывание «Я, как все»..., и при этом он выбирает одну из социальных позиций (сын, дочь, друг, учащийся, девушка, юноша). Позиции написаны либо на доске, либо на больших карточках. Участники, получившие мяч справа, выполняют аналогичные действия, продолжая высказывание «Я, не как все»....

Когда в руках одного из участников встречаются два мяча, ему предоставляется право выбора, какое высказывание продолжать. В итоге ведущий подводит участников к выводу, что у всех нас есть какие-то общие качества, а есть и уникальные, неповторимые, присущие только одной личности.

3. Упражнение «Письмо себе, любимому»

Каждый пишет письмо самому близкому человеку, то есть самому себе, любимому. Любимому, потому что, не любя самого себя, нельзя свободно жить. Время — 10–15 минут, можно включить тихую музыку. После выполнения упражнения желательно обменяться мнениями, - с какими чувствами делали это задание. По желанию можно пересказать или зачитать свое письмо.

Это упражнение помогает человеку обратить внимание на самого себя, осознать свою любовь.

Занятие № 8: «Мои слабости»

1. Упражнение «Под микроскопом»

Ведущий: «У многих из нас есть небольшие слабости, привычки, от которых мы хотели бы избавиться как можно скорее. Они не столь заметны, сразу не бросаются в глаза, но тем не менее часто мешают в жизни. Наверняка у каждого из вас найдутся слова, которые вы больше никогда не хотели бы произносить, а тем более вслух. Давайте попробуем выявить эти неприятные мелочи, свойственные нам, как бы взглянем на себя через окуляр микроскопа. Что мы там увидим?»

2. Упражнение «Принимаю ответственность на себя»

Ведущий: «Давайте поговорим о том, за что каждый из вас отвечает в жизни. Думаю, вы согласитесь с тем, что человек становится личностью только тогда, когда добровольно и сознательно принимает на себя ответственность. Если этого нет, то мы так и остаемся малыми детьми, сколько бы лет нам ни исполнилось. Так за что вы отвечаете в этой жизни? Лично вы? За покупку хлеба или уборку своей комнаты? За уроки сестры или за то, чтобы забрать младшего брата из детского сада? Подумайте и запишите все, что придет вам на ум. На это вам дается 5 минут.

Затем вы обсудите ваши записи в микрогруппах по 3–4 человека. В каждой группе вы должны определить самого ответственного, т. е. того, кто сумеет аргументированно обосновать, что он действительно принял на себя больше ответственности, чем другие».

3. Упражнение «Обратная сторона медали»

Ведущий: «Вы уже многое узнали о себе и других членах группы. Многие мы смогли понять, нам удалось взглянуть на себя и других с иной точки зрения. Сегодня каждый из вас расскажет остальным участникам о своих слабых сторонах, т. е. о том, что он считает своим комплексом, внутренним барьером или иной помехой. Не обязательно говорить только об отрицательных чертах своего характера, вредных привычках. Важно отметить то, что является или может стать причиной конфликта в различных ситуациях, осложняет жизнь, затрудняет взаимоотношения и т. п. Крайне важно, чтобы вы «не брали в кавычки» свои слова, внутренне отказываясь от них, извиняя себя и свои слабости, чтобы вы говорили об этом прямо и откровенно».

4. Упражнение «Каким меня видят окружающие?»

Ведущий: «Ответьте на вопрос: «Как меня воспринимает группа и отдельные ее члены? Опишите подробно, как вас оценивает группа. Например, «Группа в целом воспринимает меня как живого, очень эмоционального человека, который ни над чем серьезно не задумывается».

5. Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Ведущий: «Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите все свои

достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей».

Занятие № 9: «Будьте собой, но в лучшем виде»

1. Упражнение «Восковая палочка»

Группа стоит в кругу близко друг к другу, выставив ладони на уровне груди внутри круга. Руки согнуты в локтях. Участник в центре круга – «восковая палочка». Его ноги «прибиты» к полу, а костей у него нет. «Палочка», закрыв глаза, качается, группа мягко перепасовывает ее от одного члена группы к другому.

2. Упражнение «Я – подарок для человечества»

Ведущий: «Каждый человек – это уникальное существо. И верить в свою исключительность необходимо любому из нас. Подумайте, в чем состоит ваша исключительность, уникальность.

Итак, подумайте над тем, что вы, действительно, являетесь подарком для человечества. Аргументируйте свое утверждение, например, «Я – подарок для человечества, так как я...»

3. Упражнение «Твое будущее»

Ведущий: «Многие люди не понимают себя, мотивов своих поступков, причин радости. Но наши занятия дают вам возможность помочь друг другу осознать процесс становления себя как личности и при этом понимать, что происходит, в какую сторону идти и что делать».

Один участник (по желанию) садится на отдельно стоящий стул и просит всех остальных участников сказать ему о будущем. При этом стоит выделять отдельно:

- а) профессиональное, т. е. кем будет этот человек, каким видом деятельности он будет заниматься;
- б) личное, т. е. кем он будет в личной жизни (семья, дети и т. д.);
- в) психологическое, т. е. его человеческие качества.

Стоит определять и хронологические рамки, например, будущее через год, через пять лет, через 25 и т. д.

4. Упражнение «Секрет»

Ведущий: «Попробуйте отыскать в себе скрытые особенности. Мы сделаем это следующим образом: представьте, что сумасшедший ученый создал робота – вашу точную копию. Ваш двойник идентичен вам во всех деталях. Но поскольку он – орудие зла, вы не хотели бы, чтобы люди принимали его за вас. Ответьте на вопросы:

- Что в вас есть такого, что невозможно продублировать?
- Как люди, хорошо вас знающие, могли бы обнаружить подмену?
- Если есть кто-то, знающий ваши секреты, может ли он воспользоваться этим, чтобы идентифицировать вас?
- Вы открыли все секреты, но робот ухитрился воспроизвести все в точности. Какой самый важный секрет вы раскроете в последнюю очередь, чтобы хоть самому убедиться, что вы – это вы, а не ваша копия?»

Занятие № 10: «Прощай...»

1. Упражнение «Карусели»

Большая группа делится на две подгруппы и встает «круг в круге» лицом друг к другу. Дается задание: один круг стоит на месте, другой идет по часовой стрелке. Например, улыбнуться каждому, сказать комплимент или что-то приятное.

2. Упражнение «Весь мир – сцена»

В начале дискуссии внимание детей обращается на сценические возможности актера, часто создающего идеализированный образ, который мы бы хотели перенести на других.

Детей просят изобразить сцену, в которой они хотели бы поучаствовать. Они рисуют себя на сцене, одетыми в любой костюм, который пожелают выбрать. Товарищи по группе могут быть выбраны в качестве вспомогательных актеров. Затем дети рисуют людей, которых они бы хотели увидеть зрителями. В ложе для почетных гостей изображаются приехавшие на спектакль знаменитости.

Детей просят объяснить причину выбора данной роли, костюма и партнеров.

Следует также изучить значение выбранной сцены. Кроме того, участников просят объяснить причину подбора зрителей вообще и в ложе для почетных гостей в частности; просят рассказать, какую роль играют изображенные зрители в жизни авторов рисунков.

3. Упражнение «Прощай»

Ведущий: «Наши занятия подошли к концу, и мы расстаемся. Но все ли вы успели сказать друг другу? Может быть, вы забыли поделиться с группой своими переживаниями? Или есть конкретный участник, мнение которого о себе вы хотели бы узнать? У вас есть этот шанс сейчас. Сделайте то, что вы не успели сделать на предыдущих занятиях. Не откладывайте свое решение на завтра. Действуйте здесь и теперь».

4. Упражнение «Подарки»

Каждый подросток придумывает подарок, который хотелось бы подарить человеку, сидящему рядом.

Главное условие заключается в том, что подарок должен как можно лучше подходить данному человеку, доставлять ему радость. Рассказывая о предполагаемом подарке, каждый объясняет, почему именно этот подарок был выбран. Участник, которому «подарили» подарок, высказывает свое мнение: действительно ли он рад этому.

Проведение заключительной диагностики

1. Тест агрессивности. Модификация опросника Басса-Дарки (адаптация Л.Г. Почебута).

2. Методика диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению ТОМАСА (адаптация Гришиной).

Программа профилактики жестокого обращения с детьми «Жизнь вне опасности»

*Архиповская Маргарита Ивановна,
заведующий отделением социального
сопровождения замещающих семей,
выпускников организаций для детей-сирот и
детей, оставшихся без попечения родителей.
Бюджетное учреждение социального
обслуживания Вологодской области
«Комплексный центр социального
обслуживания населения Тарногского района»*

Аннотация

Реализация программы «Жизнь вне опасности» включает в себя работу с семьями, находящимися в трудной жизненной ситуации по профилактике жестокого обращения с несовершеннолетними. Программа направлена на распознавание различных видов насилия и включает в себя раскрытие видов, форм и признаков жестокого обращения. Материал темы излагается дифференцированно, в соответствии с возрастом участников. Формы работы с родителями и детьми старшего школьного возраста: семинарские занятия, лекции, круглые столы, кинотерапия, фототерапия, решение ситуационных задач, практикумы, занятия с элементами тренинга. Для детей младшего школьного возраста и дошкольников используется сказкотерапия, сюжетно-ролевые игры, куклотерапия. Программа может быть реализована через клубные сообщества как студийные занятия.

Актуальность программы

Воспитание ребенка, забота о его здоровье и благополучии – это трудоемкий процесс, требующий от родителей много сил и терпения. Как показывает практика, даже в благополучных семьях, где родители испытывают искреннюю любовь и привязанность к своим детям, в воспитательном процессе могут использоваться такие формы воздействия на ребенка, как телесные наказания, запугивание, лишение ребенка общения или прогулки. При этом большинство родителей хорошо понимают, что такая тактика воспитания – это нарушение прав их детей, а также причина возможных отклонений в психическом и физическом развитии ребенка. Положение ребенка в семьях с более низким уровнем культуры, в семьях, где ребенок становится обузой, а не радостью жизни, – значительно хуже. Указанные выше способы воспитания, которые для первой группы семей являются скорее исключением, – здесь становятся нормой.

Организация Объединенных Наций во Всеобщей декларации прав человека в Декларации прав ребенка провозгласила, что дети вследствие своей физической и умственной незрелости имеют право на особую заботу и по-

мощь, включая надлежащую правовую защиту. Конвенция ООН о правах ребёнка определила меры защиты детей. Семейный кодекс гарантирует права ребенка, Уголовный кодекс РФ предусматривает ответственность за совершение насилия и преступления против несовершеннолетних.

Актуальность профилактики жестокого обращения с детьми связана с тем, что насилие в отношении детей или пренебрежение их основными потребностями оказывают негативное влияние на психическое развитие ребенка, нарушают его социализацию, порождают безнадзорность и правонарушения несовершеннолетних. Многие дети – жертвы насилия – уходят из дома или детских учреждений, втягиваются в употребление алкоголя или наркотиков. Наиболее эффективным направлением защиты детей от жестокого обращения являются меры ранней профилактики. В тех же случаях, когда ребенок пострадал от той или иной формы насилия, он нуждается в психологической помощи, поскольку результаты исследований психологов убедительно свидетельствуют о том, что насилие, перенесенное в детском возрасте, неизбежно сопровождается эмоциональными и поведенческими нарушениями. Чем раньше будут выявлены неблагополучные семьи и дети, находящиеся в них, чем эффективнее будет организована профилактическая работа, тем выше будет вероятность предупреждения жестокого обращения с детьми в кровной семье.

Жестокое обращение с детьми как социальное явление обладает способностью к воспроизводству: дети, перенесшие или наблюдавшие в семье насилие, могут проявлять агрессию по отношению к своим сверстникам, а, став взрослыми, жестоко обращаются с собственными детьми.

Необходимость защиты ребенка от всех форм жестокого обращения, от пренебрежения его интересами становится требованием времени.

Цель программы: повышение уровня родительской компетенции по вопросам профилактики жестокого и пренебрежительного отношения к детям.

Задачи

1. Информировать родителей (законных представителей) о способах распознавания различных видов насилия и последствиях жестокого обращения с несовершеннолетними.
2. Изучить способы предупреждения жестокого обращения.
3. Способствовать формированию доверительных взаимоотношений «родитель-ребёнок».

Ожидаемый результат

1. Снижение количества семей, в которых имеются факты жестокого обращения с детьми.
2. Урегулирование внутрисемейных отношений с целью предотвращения случаев жестокого обращения с детьми; вывод семьи из кризисной ситуации.
3. Формирование общественного мнения, осуждающего любые формы проявления насилия в отношении детей.
4. Повышение уровня правовой грамотности у несовершеннолетних и родителей.

Тематическое планирование занятий с родителями по программе «Жизнь вне опасности»

Этапы программы	Тема	Форма и метод	Ожидаемый результат
1 этап. Ознакомительный	«Право на защиту от жестокого обращения». Цель: предоставление возможности подумать о различных формах насилия и выработать правила ответственного и безопасного поведения	Занятие с элементами тренинга	Сформировано понятие «жестокое обращение». Разграничение понятий: жестокость, насилие, грубость, ненасилие, меры воспитательного воздействия
2 этап. Основной. 2.1. Разновидности насилия.	«Разновидности физического насилия, его признаки и последствия»	Занятие с выполнением практических упражнений	Понятие видов насилия, форм насилия, распознавание основных признаков, позволяющих заподозрить насилие над ребёнком. Особенности поведения детей, подвергшихся жестокому обращению
	«Разновидности психологического (эмоционального) насилия, его признаки и последствия»	Занятие с элементами фототерапии	
	«Пренебрежение основными потребностями и нуждами ребенка. Признаки и последствия»	Занятие с элементами практических упражнений	
	«Мифы и правда о насилии в семье»	Кинотерапия. Просмотр фильма Р. Быкова «Я сюда больше никогда не вернусь. Люба» с последующим обсуждением	
	«Формы сексуального насилия, его признаки и последствия»	Лекция.	
2.2. Жестокое обращение в коллективе	«Виды буллинга, роль специалистов в решении проблем коллектива»	Занятие с элементами тренинга	Понятие буллинга, виды и формы, распознавание основных признаков, позволяющих заподозрить наличие буллинга в коллективе
2.3. Насилие: как его избежать	«Что делать, если ребёнок упрямится, страдает истериками, капризничает, провинился, говорит неправду, медлителен, гиперактивен, проявляет агрессию?»	Деловая игра «Мой вам совет»	Выработка родительских заповедей, предупреждающих жестокое обращение
	«Телефон доверия - помощь бесплатно»	Занятие с элементами практических упражнений	

	«Советы родителям «Насилие. Как его предупредить?»»	Занятие с элементами практических упражнений	
3 этап. Заключительный. Недопустимость жестокого обращения	«Ответственность за причинение вреда здоровью ребёнка»	Лекция	«Предупреждение об административной и уголовной ответственности за причинение вреда здоровью несовершеннолетних»

Тематическое планирование занятий с детьми старшего дошкольного возраста и младшего школьного возраста по программе «Жизнь вне опасности»

Этапы программы	Тема	Форма и метод	Ожидаемый результат
1 этап. Подготовительный. Чтение эмоций	«Гид по смайликам»	Психогимнастика («Новая кукла», «Солёный чай», «Баба Яга» и др.)	Распознавание эмоций в различных ситуациях
	Игра «Колесо чувств»	Игровое занятие с использованием настольной игры для эмоционального развития «Семейка Гномс»	
2 этап. Основной. Методы и приёмы распознавания жестокого обращения	«Распознавание агрессора и жертвы»	Просмотр мультфильмов «Планета добрых дел», «О добре и зле»	Установка безопасных близких доверительных конструктивных отношений со взрослыми, полноценное развитие несовершеннолетнего
	«Меры воспитательного воздействия и жестокое обращение»	Сказка «Как ремешок в гости к попе ходил»	
	«Что такое хорошо и что такое плохо»	Просмотр мультфильма «Просто так»	
	«Как избежать жестокого обращения»	Сказкотерапия. Просмотр мультфильма «Петя и Красная Шапочка». Разработка правил безопасности	
	«Способы противостояния жестокости»	Просмотр мультфильма «Ивашка из Дворца пионеров». Решение ситуационных задач. Распознавание опасных ситуаций и способы выхода из них	

	«Взаимоотношения между членами семьи»	Игра «Семья» с использованием кукол-рукавичек	
	Практикум «Анализ ситуаций»	Экспромтеатр с использованием кукол	
3 этап. Заключительный. Предупреждение жестокого обращения	«Телефон доверия - помощь бесплатно»	Занятие с элементами практических упражнений. Сюжетно-ролевая игра «Телефон»	Защита интересов ребёнка

Заключение

Анализ посещения занятий родителями и детьми показал заинтересованность семей, имеющих детей дошкольного и младшего школьного возраста, предлагаемой тематикой. Каждая группа, участник программы, прошли заключительную диагностику, направленную на оценку знаний: виды жестокого обращения, определение способов снижения последствий жестокого обращения. Специалисты провели диагностику уровня эмоционального взаимодействия родителя и ребёнка, что позволило своевременно урегулировать внутрисемейные отношения.

В ходе программы разработаны и представлены участникам раздаточные материалы: буклет «Жестокое обращение. Что это?», советы родителям «Что делать если ребёнок...», визитка «Телефон доверия», сформирована видеотека соответствующей тематики. Через средства массовой информации (районную газету «Кокшеньга») население района информировано о способах распознавания различных видов насилия и последствиях жестокого обращения с несовершеннолетними, об ответственности законных представителей за жизнь и здоровье несовершеннолетних.

Список использованной литературы

1. Армеева, И.А. Детство без насилия: буклет для родителей, любящих своих детей / И.А. Армеева, Н.Н. Максимова, Е.И. Щербакова. - Вологда: Изд. Центр ВИРО, 2010. - 32 с.
2. Методические рекомендации по вопросам защиты детей от насилия и жестокого обращения [Электронный ресурс]. URL: <http://kak.znate.ru/docs/index-69700.html?page=2> (дата обращения: 20.03.2020)
3. Методические рекомендации по организации системы профилактики жестокого обращения с детьми и оказанию помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения / Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. – М.: Малый бизнес, 2011. - 47 с.
4. Сафонова, Т.Я. Жестокое обращение с детьми: сущность, причины, социально-правовая защита / Т. Я. Сафонова, Е. И. Цымбал. - М.: Дом, 1993. – 38 с.

Программа профилактики жестокого обращения с детьми «Арабеска»

*Горбункова Наталья Германовна,
социальный педагог отделения
помощи семье и детям;
Новомлинская Елена Владимировна,
психолог отделения помощи
семье и детям.
Бюджетное учреждение социального
обслуживания Вологодской области
«Комплексный центр социального
обслуживания населения
Кадуйского района»*

Аннотация

Система профилактики жестокого обращения в отношении детей основывается на семейно-центрированном подходе, предполагающем ориентацию на внутренние ресурсы семьи, и направлена на формирование семейных ценностей и социальной активности в отношении поддержания психосоциального благополучия семьи и, в первую очередь, детей. В этой связи ключевым элементом планирования действий по преодолению жестокого обращения должен стать комплекс эффективных и всесторонних профилактических мер, центрированных на ребенке и ориентированных на семью.

Приоритетным направлением деятельности по защите детей от жестокого обращения является первичная профилактика: предупреждение возникновения факторов риска проявления жестокого обращения, выявление и коррекция проблем в семейных отношениях на ранней стадии.

Одним из эффективных методов работы являются арт-терапевтические методики. Благодаря искусству (рисунок, коллаж, рисование песком, кремом, сказкотерапия, и др.) дети могут выражать свои чувства, эмоции, переживания и в итоге добиться восстановления чувства собственного достоинства, реализовать спектр защитных реакций и получить положительный эффект от оказанной психологической помощи.

Программа «Арабеска» направлена на профилактику жестокого обращения с детьми, на работу с несовершеннолетними, подвергшимися жестокому обращению. В программе представлены технологии работы с родителями (законными представителями) по вопросам ненасильственного воспитания детей. Также занятия в рамках программы способствуют формированию общественного мнения о значимости профилактики жестокого обращения в семьях.

Цель: профилактика жестокого обращения с детьми, восстановление внутрисемейных отношений и социальная реабилитация несовершенно-

летних, находящихся в трудной жизненной ситуации, через использование изобразительной деятельности.

Задачи

1. Профилактика жестокого обращения.
2. Развитие навыков межличностного общения, умения адекватно выражать свои чувства.
3. Освоение опыта совместного семейного творчества, творческое развитие каждого члена семьи и формирование общих интересов у детей и родителей.
4. Повышение педагогического уровня родителей и их психологической культуры.
5. Снятие эмоционального напряжения, уровня тревожности у детей и родителей.
6. Формирование негативного мнения ко всем формам жестокого обращения.
7. Развитие мелкой моторики, воображения и творческих способностей детей, поддержка проявления фантазии и самостоятельности, уверенности в воплощении собственных замыслов.

Целевая группа: дети и подростки, их родители из семей с нарушением внутрисемейных отношений с сходными по характеру проблемами (неблагоприятное эмоциональное состояние; неадекватное выражение своих чувств; неуверенность в себе).

Продолжительность: 1 раз в неделю; продолжительность занятия - 40 минут; продолжительность программы - 3 месяца.

Форма: индивидуальные и групповые занятия с использованием нетрадиционных художественно-графических техник и арт - терапевтических методик.

Используемые методики для диагностики

1. Тест П. Торренса «Закончи рисунок» (тест невербальной креативности).
2. Шкала самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.
3. Опросник «Детский вариант шкалы явной тревожности CMAS (7-12 лет)» А.М. Прихожан.
4. Диагностика эмоционального состояния детей на начало и конец занятия с помощью теста М. Люшера.
5. Методика измерения уровня тревожности Тейлора.
6. Анкета для родителей.

Этапы программы «Арабеска»

Подготовительный этап

1. Сбор и накопление материала, инструментария для занятий.
2. Планирование графика посещений несовершеннолетними и их родителями индивидуальных и групповых занятий.
3. Формирование списка семей – участников программы.

Основной этап

1. Проведение тематических занятий с детьми и родителями.
2. Диагностика, анкетирование детей и родителей.
3. Ведение «дневника эмоций» детьми.

Большая часть мероприятий данного этапа представляет собой беседы, занятия, в ходе которых участники программы приобретут навыки, помогающие им распознать и избежать насилия в различных ситуациях, и навыки построения ненасильственных отношений с окружающими в семье.

Заключительный этап

1. Оценка результатов выполнения программы.
2. Определение перспектив работы с семьями для дальнейшей профилактики жестокого обращения.
3. Выявление образовательной потребности семей несовершеннолетних, уровня осведомленности родителей в области воспитания и обучения детей.
4. Сопоставление действительных и желаемых результатов работы.

Ресурсное обеспечение программы «Арабеска»

Работу осуществляют специалисты отделения помощи семье и детям: психологи, специалисты по социальной работе.

В работе используется имеющееся в комплексном центре оборудование, природный материал и расходные материалы для творчества:

- световые песочные столы;
- прозрачные мольберты;
- краски, карандаши, бумага, кисти, пластилин, природный материал;
- крем, ватные палочки;
- коврики (пенка туристическая);
- мультимедийное оборудование.

Методы оценки результатов программы «Арабеска»

Анализ диагностики и бесед, проведенный в начале и в конце цикла занятий.

Положительные показатели реализации программы - увеличение количества детей, подростков и родителей, получивших достоверную информацию о проблеме жестокости и насилия и путях ее преодоления.

Пример наиболее удачного случая при работе с семьей с применением арт-терапевтических методик по программе «Арабеска»

Для участия в занятиях с применением арт-терапевтических методик была приглашена семья, состоящая на учете в отделении по работе с семьей и детьми БУ СО ВО «Комплексный центр социального обслуживания населения Кадуйского района» как семья, находящаяся в социально

опасном положении. В начале цикла занятий просматривалось устойчивое сопротивление как со стороны мамы, так и ребенка. По результатам диагностик и бесед были выявлены высокий уровень тревожности, пониженная самооценка, избыточное возбуждение, суетливость.

В ходе занятий мама и сын тесно взаимодействовали, радовались результатам своего творчества. Во время техник, подразумевающих коммуникацию, между ними иногда происходили эмоциональные столкновения, но выполняя различные задания, мама и ребенок стали выстраивать более конструктивные взаимоотношения. Были сложности с расслаблением: и мама и сын на первых порах не закрывали глаза, стараясь контролировать происходящее. В конце цикла занятий, по отзывам семьи, релаксационные техники стали одними из любимых. Очень яркую реакцию вызвала техника «Пальчиковые походы». Данная техника может продолжать мотивационные игры, но может использоваться и как релаксационная.

Семье особенно понравились занятия с песком. Игры с песком работают на положительное развитие самооценки, релаксацию. Также они могут использоваться как для развития мелкой моторики, так и в качестве мотивационной техники. Например, участникам предлагается выполнить следующее задание: «Делаем круг из песка толщиной с мизинец. Выбираем 2 или 3 маленькие игрушки (можно брать игрушки из киндер-сюрприза). Показываем их партнёру, чтобы он потом смог определить, что это за игрушки. Партнёр закрывает глаза, а мы ставим игрушки в разные места круга из песка. За пределами круга ставить нельзя. Партнёр с закрытыми глазами отправляется в поход на поиски игрушек по песку. Для этого нужно поставить его пальцы на вход в круг. Задача: микрошагами, используя два пальца, исследовать поле и найти игрушки».

По завершении цикла занятий у мамы и ребенка повысилась самооценка, снизился уровень тревожности, появилась установка на активное действие. В семье произошли положительные изменения: из семейной воспитательной группы ребенок был возвращен матери.

Заключение

Профилактическая работа в комплексном центре социального обслуживания населения включает предупредительно-профилактическую деятельность и индивидуальную работу с семьями и несовершеннолетними.

Важным аспектом в организации работы по предотвращению насилия и жестокого обращения в отношении детей является участие родителей и детей в совместных мероприятиях, различных акциях и праздниках. Это позволяет сформировать эмоциональную близость и привязанность между детьми и родителями, развивать навыки конструктивного взаимодействия; дает возможность обучить родителей способам вовлечения их детей в различные виды совместной деятельности (в т. ч. игровую).

Одним из важных направлений работы является информирование по проблеме насилия и жестокого обращения.

Список использованной литературы

1. Алексеева, И. А. Жестокое обращение с ребенком. Причины, последствия, помощь / И.А. Алексеева, И.Г. Новосельский. - М.: Генезис: Нац. фонд защиты детей от жестокого обращения, 2005 (ППП Тип. Наука). - 270 с.
2. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: АСТ, 2007. - 238 с.
3. Карабанова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / О. А. Карабанова. - М.: Гардарики, 2004. - 319 с.
4. Кряжева, Н. Л. Развитие эмоционального мира детей / Н. Л. Кряжева. - Екатеринбург: У-Фактория, 2004. – 184 с.
5. Пахомова, О. Твой психологический клуб: книга о взаимопонимании для школьников и школьных психологов / О. Пахомова. – М.: ГНОМ и Д, 2001. – 160 с.
6. Смирнова, Е. О. Конфликтные дети: как научить детей общаться и понимать окружающих / Е. О. Смирнова, В. М. Холмогорова. - М: Эксмо, 2009. - 171 с.
7. Тарарина, Е. Арт-кухня: волшебные рецепты / Е. Тарарина // Научно методическое пособие. - Луганск: Элтон-2. 2014 – 318 с.
8. Яничева, Т.Г. Полезная книга для хороших родителей: ответы психологов на вопросы родителей / Т. Г. Яничева [и д.р.] - Спб: Речь, 2006. - 140 с.

Программа профилактики жестокого обращения с детьми «Счастливое детство»

Серебрякова Анастасия Александровна, специалист по социальной работе отделения по работе с семьей и детьми; Черненко Екатерина Павловна, психолог отделения по работе с семьей и детьми. Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Вашкинского района»

Пояснительная записка. Актуальность профилактики жестокого обращения с детьми связана с тем, что насилие в отношении детей или пренебрежение их основными потребностями оказывают негативное влияние на психологическое развитие ребенка, нарушают его социализацию, порождают безнадзорность и правонарушения несовершеннолетних.

По данным социологических исследований, в нашей стране около двух с половиной миллионов несовершеннолетних в возрасте до 14 лет избиваются своими собственными родителями. Более 50 тысяч детей и подростков ежегодно убегают из дома, спасаясь от жестокого обращения. Более 50% преступлений в быту совершаются в присутствии детей, 30-40 % всех тяжких преступлений совершаются в семьях, где есть несовершеннолетние. При этом большое количество несовершеннолетних, в отношении которых были совершены преступления, проживали в семьях, не находящихся в поле зрения специалистов.

Особое беспокойство вызывает рост количества преступлений против половой неприкосновенности и половой свободы личности несовершеннолетних, а также таких преступлений, как доведение несовершеннолетних до самоубийства, незаконное производство, сбыт или пересылка наркотических средств, склонение несовершеннолетних к их употреблению.

Таким образом, профилактика жестокого обращения с детьми со стороны родителей (законных представителей) является актуальной задачей специалистов, работающих с семьей и детьми.

Программа «Счастливое детство» разработана и подготовлена для специалистов отделения по работе с семьей и детьми БУ СО ВО «Комплексный центр социального обслуживания населения Вашкинского района» (далее — Отделение и Учреждение).

Категории получателей социальных услуг в рамках программы:

- многодетные малообеспеченные семьи;
- семьи с одним родителем, воспитывающие несовершеннолетних детей;
- семьи, в которых несовершеннолетний находится в конфликте с законом;

- семьи с риском лишения родительских прав;
- семьи, в которых один или оба родителя (законные представители) имеют зависимость.

Цели и задачи программы

Программа направлена на профилактику и предотвращение насилия в семьях и в подростковой среде, где, с одной стороны, молодые люди могут стать жертвами жестокого обращения (как со стороны близких, так и со стороны незнакомых или малознакомых людей), а с другой стороны, — на предотвращение ситуаций, в которых подростки сами могут являться обидчиками и проявлять жестокость.

Целью программы является формирование системы работы специалистов Учреждения по защите несовершеннолетних от всех форм жестокости и насилия; обеспечение безопасности детей; предотвращение жестокого обращения через организацию и применение превентивных мер.

Для реализации этой цели необходимо выполнение следующих задач:

- организация своевременного выявления несовершеннолетних и их семей, находящихся в социально опасном положении или трудной жизненной ситуации;
- оказание социальной, психологической, педагогической помощи и поддержки несовершеннолетним, состоящим на учете;
- повышение правовой грамотности несовершеннолетних;
- обучение несовершеннолетних безопасному поведению в целях защиты от агрессии окружающих, а также для налаживания отношений со сверстниками и в будущем в своей семье;
- повышение педагогической грамотности родителей, формирование у них устойчивых взглядов на воспитание, построение отношений в семье;
- внедрение в деятельность Учреждения современных социальных технологий, ориентированных на организацию совместной деятельности несовершеннолетних и взрослых;
- информирование граждан о сущности и последствиях насилия в отношении детей.

Целевая группа: несовершеннолетние и их родители, состоящие на учете в Учреждении как семьи, находящиеся в социально опасном положении или иной трудной жизненной ситуации.

Формы и методы

Основными формами и методами работы в рамках реализации программы являются:

- социальный патронаж;
- наблюдение, опрос, анкетирование;
- проведение диагностических процедур (тесты, опросники);
- мониторинг динамики ситуации в семьях (социально-психологический и социально-педагогический);
- консультирование;

- групповые социально-психологические тренинги, упражнения для родителей;
- коррекционные занятия с несовершеннолетними;
- индивидуальные профилактические беседы;
- родительский лекторий.

Основные этапы реализации программы

I этап. Информационный. Получение информации о семейном неблагополучии

Учитывая, что случаи насилия и жестокого обращения с детьми нередки в неблагополучных семьях, своевременное выявление таких семей и оказание им психолого-педагогической помощи имеют большое значение в профилактической работе. Основными источниками получения информации о предполагаемом неблагополучии в семье являются:

- Постановления Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав;
- запрос (информация) от учреждений здравоохранения;
- запрос (информация) от образовательных учреждений;
- запрос (информация) от отдела опеки и попечительства;
- запрос (информация) от органов внутренних дел;
- информация, поступающая от родственников, соседей, знакомых;
- заявление родителей;
- заявление несовершеннолетнего;
- информация, поступившая от специалистов «Телефона доверия»;
- иные источники информации, получение которой допускается в соответствии с законодательством Российской Федерации и Вологодской области.

При получении информации о предполагаемом неблагополучии специалистами Отделения совместно со специалистами органов системы профилактики проводится проверка полученной информации путем первичного обследования условий жизни несовершеннолетнего и (или) семьи, в ходе которого составляется Акт обследования жилищно-бытовых условий.

II этап. Диагностический. Диагностика семей и несовершеннолетних на наличие проблем

Диагностика в процессе проведения первичного обследования является важным этапом в работе с неблагополучной семьей. Она позволяет сделать предположение о наличии или отсутствии насилия и жестокого обращения в семье, которое в дальнейшем, при наличии, будет подтверждено другими методами исследования.

Основное назначение диагностики — составление заключения о состоянии конкретной семьи, тенденциях, свойственных ей, а также необходимости предоставления различных видов помощи и поддержки.

Используемые диагностические методики традиционны и дополняют друг друга: наблюдение, анкетирование, опросы, тестирование, беседы. Особую группу составляют методы изучения семьи глазами ребенка: ри-

суточные методики, игровые задания, методика комментирования картинок, методика завершения рассказа, методика неоконченных предложений и т.д.

Большое значение имеет *беседа с родителями* при первичном посещении семьи, в ходе которой определяется уровень эмоциональной поддержки и автономии членов семьи, особенности стиля воспитания, норм и правил семьи.

Для определения направлений дальнейшей работы в рамках реализации данного этапа проводится сбор и анализ информации.

Информация общего характера: адрес проживания и прописка, состав семьи (ФИО родителей и детей, их возраст, национальность); сведения из учреждений, свидетельствующие о неблагополучии семьи (КДН и ЗП, школы, поликлиники и т.д.). Общая информация дает представление обо всех социально-неблагополучных семьях определенной территории и о характере их неблагополучия.

Специальная информация: сведения о социальном статусе семьи (полная, неполная, безработная, многодетная, малообеспеченная); состояние здоровья, уровень образования, нарушение функций семьи и т.д. Специальная информация собирается более целенаправленно, с учетом категорий конкретных семей.

Информация о семье и ребенке может поступать из различных источников: от соседей, родственников, сверстников и друзей ребенка. Получить информацию о семье можно из жилищно-коммунальных служб (наличие задолженности за квартиру), учреждений здравоохранения, образования и др. Данный метод сбора информации называется методом независимых оценок. Чем разнообразнее источники информации, тем более полные и точные сведения можно получить о семье.

Источники информации о семье и ребенке:

– социальные педагоги школ могут представить информацию о социальном статусе ребенка, посещаемости занятий и успеваемости по предметам школьной программы, об интересах несовершеннолетнего, о его взаимоотношениях в семье, в школьном коллективе и т.д. Если семья состоит на учете, то можно получить сведения о характере взаимоотношений членов семьи, о выполнении родителями своих обязанностей, о работе с семьей, проведенной специалистами школы, и ее результатах;

– специалист КДН и ЗП - состоит ли несовершеннолетний на учете, совершал ли ранее правонарушения, привлекался ли к уголовной ответственности; наличие зарегистрированных случаев жестокого обращения с несовершеннолетним со стороны родителей;

– специалисты органов опеки о попечительства дополнительно информируют о несовершеннолетних, оставшихся без попечения родителей, либо находящихся в обстановке, представляющей угрозу их жизни, здоровью;

– специалисты органов социальной защиты населения могут сообщить о выявленных безнадзорных, беспризорных несовершеннолетних, нуж-

дающихся в социальной реабилитации; о социальных выплатах, произведенных данной семье; о льготах, пособиях, компенсациях, которыми семья пользуется;

– специалисты поликлиники дают сведения о состоянии здоровья членов семьи, об использовании льгот на лечение и приобретение медикаментов;

– соседи, родственники и другие физические лица могут сообщить об официально не зарегистрированных фактах жестокого обращения с ребенком родителей или законных представителей; о наличии скандалов в семье; о фактах побегов детей из дома; употребления спиртных напитков, наркотических веществ и т. д.

Основные методы сбора информации:

– беседа (с соседями, классным руководителем, родственниками, специалистом КДН и ЗП и т. д.);

– наблюдение;

– официальный запрос (в органы, учреждения и организации с целью получения документального подтверждения информации о социальном статусе семьи, о получении пособий, пенсий, о закрепленном жилье, о прописке семьи по месту жительства и т.д.);

– анализ документации, полученной из государственных учреждений органов опеки о попечительства, здравоохранения, образования, управления социальной защиты населения и т.д.;

– анкетирование и тестирование для проведения уточняющей диагностики индивидуальных особенностей, стиля воспитания в семье, характере внутрисемейных отношений и т.д., может проводиться как для отдельных членов семьи, так и для всех членов семьи.

С учетом результатов диагностики составляется социальная карта семьи и разрабатывается индивидуальный план работы с семьей.

III этап. Коррекционный. Коррекция детско-родительских отношений

В рамках данного этапа проводится работа, направленная на осуществление коррекции детско-родительских отношений в семьях, находящихся в социально опасном положении или иной трудной жизненной ситуации. Как правило, основными проблемами таких семей является отсутствие взаимопонимания между родителями и детьми, а также недостаточность психолого-педагогических знаний у родителей для эффективного воспитания ребенка. Отношения в таких семьях носят деструктивный характер. Коррекция отношений в семье достигается путем осознания родителями своих ошибок, формированием навыков эффективного взаимодействия внутри семьи, внедрением полученных знаний и навыков в практику повседневной жизни.

Основными аспектами данного этапа являются просвещение родителей, их знакомство со способами правильного общения, оказание им психологической поддержки, способствующей созданию в семье благоприятного психологического климата.

Немаловажным является формирование эмоциональной связи между родителем и ребенком и, как следствие, установление теплых отношений, основанных на взаимной любви и уважении.

В рамках реализации данного блока используются следующие формы и методы работы: социально-психологические тренинги, консультации, коррекционные занятия, индивидуальные профилактические беседы.

IV этап. Профилактический. Профилактическая работа с семьями и несовершеннолетними по предотвращению насилия и жестокого обращения

Профилактическая работа включает в себя предупредительно-профилактическую деятельность и индивидуальную работу с семьями и несовершеннолетними. Осуществление такой деятельности возможно благодаря организации массовых мероприятий, проводимых в Центре, индивидуальных бесед по обучению детей и взрослых приемам личной безопасности и т. д.

Важным аспектом в организации работы по предотвращению насилия и жестокого обращения в отношении детей является участие родителей и детей в совместных мероприятиях, различных акциях и праздниках. Это позволяет сформировать эмоциональную близость и привязанность между детьми и родителями, развить навыки конструктивного взаимодействия.

Одним из важных направлений работы данного этапа является информирование родителей по проблеме насилия и жестокого обращения с детьми.

Большая часть мероприятий данного этапа представляет собой занятия, в ходе которых родители приобретают определенные навыки построения ненасильственных отношений в семье.

Кроме того, с целью информирования о противодействии насилию и жестокому обращению Программой предусмотрено распространение информационных буклетов, брошюр, листовок.

V этап. Методический. Методическое сопровождение деятельности по профилактике насилия и жестокого обращения

Методическое сопровождение деятельности по профилактике насилия и жестокого обращения направлено на изучение и распространение опыта, повышение компетентности специалистов, осуществляющих работу с семьями и несовершеннолетними. Методическое сопровождение предполагает разработку алгоритма деятельности специалистов по профилактике, разработку программно-методических материалов.

План мероприятий по профилактике насилия и жестокого обращения

Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственный
I Информационный этап		
Получение информации о предполагаемом неблагополучии семьи.	Незамедлительно	Заведующий отделением по работе с семьей и детьми

Проверка полученной информации путем первичного обследования условий жизни несовершеннолетнего и (или) семьи, в ходе которого составляется акт обследования жилищно-бытовых условий.		
II Диагностический этап		
Проведение социально-психологической диагностики семьи с целью выявления родителей, склонных к насилию в отношении детей: экспресс-диагностика «Внутрисемейные отношения»; диагностическая беседа на выявление фактов жестокого обращения и насилия.	При первичном патронаже	Специалисты по социальной работе, психолог
Подготовка предварительной оценки наличия или отсутствия случая жестокого обращения с несовершеннолетними в семье.	Не позднее 3 дней после патронажа	Специалисты по социальной работе, психолог
Опрос (сбор информации) социального окружения семьи.	Не позднее 14 дней после патронажа	Специалисты по социальной работе, психолог
Анкетирование несовершеннолетних, состоящих на учете, для выявления жестокого обращения к ним со стороны ближайшего и отдаленного окружения «Выявление и предупреждение домашнего насилия/жестокого обращения, насилия среди сверстников, в образовательном учреждении, на улице».	При первичном патронаже	Специалисты по социальной работе, психолог
Анализ результатов анкетирования «Выявление и предупреждение домашнего насилия/жестокого обращения, насилия среди сверстников, в образовательном учреждении, на улице».	Не позднее 10 дней после патронажа	Специалисты по социальной работе, психолог
Анкетирование родителей «Проблемы, с которыми сталкивается семья».	При первичном патронаже	Специалисты по социальной работе, психолог
Проведение диагностических процедур (проективные техники, тесты-опросники) детско-родительских отношений, уровня тревожности, стратегий (моделей) поведения.	В течение всего периода	Психолог
Изучение и оценка уровня знаний несовершеннолетних, состоящих на учете, о проблеме домашнего насилия.	При первичном патронаже	Специалисты по социальной работе, психолог
Мониторинг динамики семейной ситуации.	В течение всего периода	Специалисты по социальной работе, психолог
Разработка индивидуального плана работы с семьей с учетом результатов психологической диагностики.	По истечении 10 дней с момента выявления проблемы	Специалисты по социальной работе, психолог
Составление карты семьи.	Не позднее 10 дней после патронажа	Специалисты по социальной работе, психолог

III Коррекционный этап		
Оказание консультативной помощи семьям, имеющим несовершеннолетних детей, по вопросам воспитания, обучения, содержания.	По мере необходимости	Специалисты по социальной работе, психолог
Проведение тренингов (групповых упражнений), направленных на установление и развитие отношений партнерства и сотрудничества детей и родителей, выработку навыков адекватного и равноправного общения.	1 раз в квартал	Психолог
Проведение индивидуальных профилактических бесед с несовершеннолетними с целью выявления причин отклонений в поведении.	По мере необходимости	Психолог
Проведение индивидуальных бесед с родителями с целью поиска выхода из сложных ситуаций.	По мере необходимости	Психолог
Занятие с родителями «Азбука детской безопасности».	1 раз в квартал	Специалисты по социальной работе, психолог
Оказание социальной помощи, благотворительной помощи: акции «Подарите тепло детям», «Я иду в школу»; благотворительная ярмарка «Из рук в руки».	По мере необходимости	Специалисты по социальной работе, психолог
Привлечение представителей органов системы профилактики и других заинтересованных учреждений к проведению работы по коррекции детско-родительских отношений.	По мере необходимости	Заведующий отделением по работе с семьей и детьми
IV Профилактический этап		
Участие в акциях «Телефон доверия», «Вологодчина против домашнего насилия».	В соответствии с графиком проведения	Специалисты по социальной работе, психолог
Проведение бесед, направленных на воспитание безопасного поведения у несовершеннолетних с приглашением представителей системы профилактики, знакомство с правилами поведения в различных ситуациях: «Права и обязанности детей», «Если в семье конфликт, как разрешить его мирным путем?»; «Уважительное отношение друг к другу»; «Поведение с незнакомыми людьми».	По мере необходимости	Заведующий отделением по работе с семьей и детьми, специалисты по социальной работе, психолог
Проведение занятий с несовершеннолетними об основных признаках жестокого обращения с детьми или пренебрежении их нуждами, порядке действий в случае обнаружения таких признаков.	1 раз в квартал	Специалисты по социальной работе
Родительский лекторий с приглашением представителей служб системы профилактики «Мудрость родительской любви», «Права и обязанности родителей по воспитанию и образованию детей», «Жестокое обращение с детьми как социально-психологическое явление», «Ошибки семейного воспитания и их	1 раз в полугодие	Заведующий отделением по работе с семьей и детьми, специалисты по социальной работе, психолог

влияние на формирование у ребенка системы ценностей», «Непослушный ребенок. Поиск понимания в общении».		
Распространение информационных, методических материалов для родителей и несовершеннолетних (буклеты, памятки, листовки, брошюры и т.д.)	Ежемесячно при патронаже	Специалисты по социальной работе
Размещение на стенде Учреждения информации о работе «Телефона доверия» и контактных телефонов других служб.	Постоянно	Специалисты по социальной работе, психолог
Контроль за занятостью несовершеннолетних, состоящих на учете, во внеурочное время	Постоянно	Специалисты по социальной работе, психолог
V Методический этап		
Изучение и внедрение инновационных методик по профилактике жестокого обращения с детьми.	Постоянно	Специалисты по социальной работе, психолог
Промежуточный и итоговый анализ эффективности реализации Программы.	1 раз в полугодие	Специалисты по социальной работе, психолог
Разработка сценариев проведения социально значимых мероприятий, акций.	По мере необходимости	Специалисты по социальной работе, психолог
Разработка информационных, методических материалов для родителей и несовершеннолетних, для специалистов (буклеты, методические рекомендации, памятки, брошюры и т.д.) о построении взаимоотношений, профилактике конфликтных ситуаций, противодействии жестокому обращению, защите прав детей, профилактике суицида среди несовершеннолетних; оказание помощи в трудной жизненной ситуации.	Ежемесячно	Специалисты по социальной работе, психолог

Кадровое и материальное обеспечение программы

Сопровождение Программы осуществляется:

- специалистами по социальной работе отделения по работе с семьей и детьми БУ СО ВО «Комплексный центр социального обслуживания населения Вашкинского района»;
- психологом отделения по работе с семьей и детьми БУ СО ВО «Комплексный центр социального обслуживания населения Вашкинского района»;
- руководителем Учреждения.

При необходимости организуется совместная работа со специалистами органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, а также специалистами учреждений культуры и спорта, образования и дополнительного образования.

Оценка результативности реализации программы

Для оценки эффективности работы с семьей специалистами проводится сравнительный анализ состояния семьи по результатам первичной диагно-

стики (до начала работы с данной семьей) и состояния семьи на момент проведения контрольной диагностики (после проведения работы с семьей).

Способы оценки результативности реализации программы:

- анкетирование представителей целевой группы;
- диагностические данные;
- административный контроль;
- контроль качества.

Ожидаемые результаты реализации программы

1. Увеличение количества детей, подростков, получивших информацию о проблеме жестокости и насилия и путях ее преодоления.
2. Формирование негативного мнения у несовершеннолетних и их родителей ко всем формам жесткого обращения.
3. Воспитание у несовершеннолетних целеустремленности, чувства ответственности, установление позитивного отношения с окружающими.
4. Повышение уровня родительской компетенции в вопросах воспитания детей, приобретение и использование родителями навыков конструктивного взаимодействия с подростками.
5. Формирование в обществе нетерпимого отношения к различным формам проявления насилия в отношении детей.

Список используемой литературы

1. Алексеева, И. А. Жестокое обращение с ребенком. Причины, последствия, помощь / И.А. Алексеева, И.Г. Новосельский. - М.: Генезис, 2005. - 270 с.
2. Васильев, Н. Н. Тренинг преодоления конфликтов / Н. Н. Васильев. - СПб.: Речь, 2002. - 170 с.
3. Грецов, А. Г. Тренинг общения для подростков / А. Г. Грецов. - М.: Питер, 2005. - 160 с.
4. Карабанова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / О. А. Карабанова. - М.: Гардарики, 2004. - 319 с.
5. Лютова, Е. К. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства): Диагностика развития ребенка. Коррекция поведения ребенка. Коррекц.-развивающие игры. Тренинг развития ребенка / Е. К. Лютова, Г. Б. Моница. - СПб.: Речь, 2001. - 175 с.
6. Моница, Г. Б. Коммуникативный тренинг: педагоги, психологи, родители / Г. Б. Моница, Е. К. Лютова-Робертс. - СПб.: Речь, 2006. - 224 с.
7. Павлов, И. В. Общение с ребенком: тренинг взаимодействия: 18+ / И. В. Павлов. - М.: ТЦ Сфера, 2008. - 87 с.
8. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. - М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2001. — 160 с.
9. Пырочкина, С. А. Психолого-педагогическая и социальная поддержка подростков: программы, групповые занятия, проектная деятельность / С. А. Пырочкина, О. П. Погорелова. - Волгоград: Учитель, 2008. - 123 с.
10. Ромек, В. Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях / В. Г. Ромек. - СПб.: Речь, 2002. - 174 с.

Программа повышения родительских компетенций «Родительская академия»

*Маркова Злата Владиславовна,
психолог отделения психолого-педагогической и ранней помощи;
Шишова Анжелика Николаевна,
психолог отделения психолого-педагогической и ранней помощи.
Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области
«Территориальный центр социальной помощи семье и детям»*

Пояснительная записка. В процессе формирования личности, её самосознания главную роль играет семья. Именно с семьи начинается процесс индивидуального усвоения ребенком норм и культурных ценностей, приобретения умений и навыков общения, опыта человеческого взаимопонимания. Семья – это первый устойчивый коллектив в жизни маленького человека. Именно в семье ребенок получает первый жизненный опыт, делает первые наблюдения и учится, как себя вести в различных ситуациях. В связи с этим для специалистов, работающих с семьей и детьми, актуальной задачей является работа по повышению уровня родительских компетенций в области воспитания, развития личности ребенка, формированию ответственного родительства.

В городе Вологде существуют учреждения, оказывающие социально-педагогические услуги родителям, однако эта работа осуществляется либо на платной основе, либо она носит эпизодический характер.

Учреждения	Описание услуг
Лицей для малышей «Вишенка»; Детский клуб (центр) «Юла»; Академия развития «Эрудит»; Детский центр «Талантливый китенок»; и другие частные учреждения дополнительного образования	Предоставляют свои услуги на платной основе. Консультации даются после занятий детей и непродолжительны по времени
Все дошкольные образовательные учреждения г. Вологды	Консультации родителям даются редко (на родительских собраниях)

Отличительной особенностью занятий в группе «Родительская Академия» для родителей детей от 5 до 18 лет в бюджетном учреждении социального обслуживания Вологодской области «Территориальный центр социальной помощи семье и детям» является то, что занятия:

- 1) проводятся бесплатно - важный фактор для малообеспеченных семей;

2) проводятся параллельно с развивающими занятиями, что позволяет родителям оставаться рядом с ребенком и усваивать большой объем полезной для воспитания ребенка информации.

Таким образом, занятия в группе «Родительская Академия» доступны, актуальны и востребованы.

Цель программы: повышение родительских компетенций, гармонизация детско-родительских отношений.

Задачи программы:

- изучение запросов родителей в вопросах формирования и развития своей родительской компетентности;
- выявление актуальных проблем в детско-родительских отношениях участников программы;
- развитие мотивации родителей на саморазвитие и самосовершенствование;
- оказание информационно-просветительской, социально-педагогической и социально-психологической помощи семьям.

Целевая группа: родители детей в возрасте от 5 до 18 лет.

Организационные условия: занятия проводятся еженедельно (параллельно группам занятий с детьми) в форме групповых занятий продолжительностью 20 – 40 минут. Состав группы: 5-6 человек.

Требования к помещению: кабинет, стулья, столы, мультимедийное оборудование, отдельный реквизит, который индивидуален для каждого занятия.

Виды занятий: рефлексивные задания, аналитические задания, продуктивная деятельность (рисование), беседа, просмотр видеороликов, дискуссия, групповая и индивидуальная консультация.

Этапы реализации программы

1. Вводная часть (1-2 занятие)

Задачи:

- знакомство;
- установление эмоционального контакта;
- сплочение группы;
- уточнение ожиданий участников.

2. Основная часть (3-10 занятие)

Задачи:

- выявление актуальных проблем родителей в воспитании детей и решение их через организацию занятий в группе «Родительская Академия»;
- повышение родительских компетенций;
- гармонизация детско-родительских отношений.

3. Заключительная часть (11 занятие)

Задачи:

- проведение заключительного анкетирования родителей с целью определения эффективности работы группы;
- рефлексия.

Описание общей структуры занятия

1. Вводная часть.

Ритуал приветствия, знакомство (на 1 занятии), создание положительного эмоционального настроя, атмосферы принятия и готовности к дальнейшей деятельности.

2. Основная часть.

Рефлексивные задания, аналитические задания, продуктивная деятельность (рисование), беседа, просмотр видеороликов, дискуссия, групповая и индивидуальная консультация, направленные на повышение родительских компетенций, гармонизацию детско-родительских отношений. Физкультминутка, направленная на снятие мышечных зажимов.

3. Заключительная часть.

Рефлексия занятия; ритуал прощания.

Ожидаемые результаты

1. Повышение уровня родительской компетентности по вопросам развития детей.
2. Эмоциональное сближение родителей и детей.
3. Овладение родителями определенными знаниями, умениями и навыками.
4. Гармонизация детско-родительских отношений.

Критерии эффективности Программы

1. Повышение мотивации участников программы: характеризуется высокой заинтересованностью родителей и детей в занятиях группы.
2. Востребованность программы: характеризуется количеством желающих участвовать в программе и регулярностью посещений родителями занятий.
3. Результативность: характеризуется достижением поставленных задач. Оценка производится средствами психологической диагностики.

Диагностический инструментарий

1. Анкета для родителей начальная.
2. Анкета для родителей заключительная.

Тематическое планирование

Тема занятия	Кол-во часов	Цель занятия	Формы и методы работы	Материально-техническое обеспечение
«Знакомство»	2	Знакомство, создание положительного эмоционального настроя на занятия, формирование чувства группового единства. Информирование родителей о целях и задачах программы, сбор первичных данных с помощью диагностического инструментария	Групповое, индивидуальное консультирование	Диагностический инструментарий

«Кто для кого?»	2	Коррекция внутрисемейных отношений	Социально-психологический тренинг	Листы А4
«Азбука воспитания»	2	Коррекция межличностных отношений между детьми и родителями в семье	Просмотр видеороликов. Дискуссия	Ноутбук
«Какой я родитель»	2	Повышение уровня родительской компетентности	Групповая работа, игра	Клубок ниток, лист А4, цветные карандаши
Консультация родителей	1	Обсуждение промежуточных результатов программы	Групповое, индивидуальное консультирование	Реквизита не требуется
«Поощрение и наказание в воспитании ребенка»	1	Общее представление о том, как можно воспитывать детей, не прибегая к жестокости и телесным наказаниям	Групповое, индивидуальное консультирование	Реквизита не требуется
Консультация родителей	1	Обратить внимание родителей на неиспользуемые возможности поощрения и похвалы. Обсуждение итоговых результатов работы	Групповое, индивидуальное консультирование	Диагностический инструментарий

Список использованной литературы

1. Бютнер, К. Жить с агрессивными детьми: / К. Бютнер. - М.: Педагогика, 1991. – 141 с.
2. Байярд, Р.Т. Ваш беспокойный подросток: практ. руководство для отчаявшихся родителей / Роберт Т. Байярд, Джин Байярд. - М.: Просвещение, 1991. – 223 с.
3. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: АСТ, 2007. – 238 с.
4. Фромм, А. «Азбука для родителей или как помочь ребенку в трудной ситуации» / А. Фромм. - Екатеринбург: АРД, 1996. - 319 с.
5. Гордон, Т. «Р.Е.Т. Повышение родительской эффективности» / Т. Гордон. - Екатеринбург: АРД ЛТД, 1997. – 150 с.
6. Левченко, И. Ю. Психологическая помощь семье, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии: методическое пособие / И. Ю. Левченко, В. В. Ткачева. – М.: Просвещение, 2008. - 239 с.
7. Марковская, И. М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми: Цели, задачи и основ. принципы: Групповые формы работы с родителями. Диагностика отношений родителей с детьми. Тренинг взаимодействия родителей с детьми / И.М. Марковская. - СПб.: Речь, 2002. - 149 с.
8. Матейчек, З. Родители и дети: Кн. для учителя / З. Матейчек. - М.: Просвещение, 1992. – 318 с.

9. Образцова, Л. Н. Нестандартный ребенок. Не хочу, не буду! 101 способ договориться : подсказки для родителей / Л. Н. Образцова. - М: АСТ, 2007. - 189 с.

10. Помощь родителям в воспитании детей / Общ. ред. и предисл. Пилиповского В. Я. - М.: Прогресс, 1992. – 254 с.

Приложение 1

Конспекты занятий

Занятие № 1: «Знакомство»

Ведущий: «Для эффективной работы я предлагаю Вам, чтобы каждый из родителей назвал свое имя, имена и возраст своих детей. Каждый участник должен закончить одно из следующих предложений:

1. Два слова, которыми можно описать моего ребенка...
2. Если бы мой ребенок был звуком, он звучал бы, как...
3. Больше всего мне в моем ребенке нравится...
4. Мой ребенок заставляет меня смеяться, когда...».

Участник, который имеет более чем одного ребенка, может применять по одному предложению, говоря о каждом из них. Окончание предложения может быть забавным. Каждое предложение построено так, чтобы высказывание было положительным. Это веселое упражнение. Родители говорят то, что приходит им в голову, ведь никто ничего не записывает.

Занятие № 2: «Кто для кого?»

(об отношениях детей и родителей в семье)

Социально-психологический тренинг. Полное описание работы представлено в источнике: <http://ped-kopilka.ru/blogs/anzhela-yelbrusovna-torchinova/socialno-psihologicheskie-trening-rebenok-i-ego-razvitie.html>

Родители должны быть включены в процесс самостоятельного открытия знаний, у родителей должна быть возможность обсуждать и решать свои проблемы в кругу других родителей, обмениваться мнениями и опытом позитивного решения тех или иных проблем, возникающих в процессе воспитания.

Тренинг предполагает работу в соответствии с возрастом детей.

Дошкольный возраст

Упражнение «История игрушки»

Цель: дать понять родителям, насколько восприятие реальности связано с внутренним состоянием самого человека.

Любой предмет сам по себе нейтрален. Значение, которое мы ему придаем, всегда субъективно. Предложить участникам осмотреть помещение и выбрать какую-то игрушку или другой предмет, который покажется им особенным. Попросить их представить себе, что это не обычная игрушка (предмет), а вещь с «историей», известной только им. Попросить их составить короткий рассказ про этот предмет, отвечая на следующие вопросы:

- Что это за игрушка (предмет)?
 - Есть ли у нее имя? Почему она такая, какая есть?
 - Из чего и как она сделана?
 - Откуда она взялась?
 - Каково ей быть такой, какая она есть?
 - Что хорошего в этой игрушке (предмете)?
 - Зачем она нужна?
 - Что больше всего требуется этой игрушке (предмету)?
 - Что бы она сама хотела?
- На выполнение этого задания родителям дается 10 минут.

Обсуждение

Спросить родителей:

- каково сейчас их отношение к предметам (игрушкам), которые они описывали;
- воспринимают ли они их теперь как что-то «свое»;
- легко ли им будет расстаться с этими игрушками, или они хотели бы какое-то время поддержать их у себя;
- понимают ли они теперь, что игрушки — это очень серьезно для ребенка.

Младший и средний школьный возраст

Школа — это выход в широкую социальную действительность, семья становится базой для совершения путешествий вовне. Ребенок вступает в самостоятельные отношения с детьми и взрослыми в процессе социально значимой и социально оцениваемой деятельности — учения. Раньше его любили просто за то, что он есть, теперь на отношение к нему влияют его достижения.

Упражнение «Необитаемый остров»

Родителям предлагается сесть поудобнее, закрыть глаза и представить себя на необитаемом острове, вообразить природу этого острова, ближайшие окрестности:

- какие там деревья;
- есть ли там вода;
- какие там животные и птицы;
- какой климат на этом острове;
- какое над ним небо;
- хорошо ли им в этом месте;
- сколько времени они хотели бы пробыть там в одиночестве;
- готовы ли они принять у себя на острове гостей и кого бы они согласились позвать в первую очередь;
- если на разных концах острова расположены два дома, - с кем из своих родственников или друзей они хотели бы поселиться в одном доме;
- кого пригласили бы на остров, но поселили бы отдельно;
- кого не пригласили бы совсем.

Обратная связь. Завершение тренинга.

Ритуал прощания. Упражнение «Добро»

Ведущий: «Давайте приложим левую руку к своему сердцу и мысленно положим часть тепла нашего сердца в ладонь. Протянем ее в круг, смыкая, как можно ближе, все руки. Мы держим на вытянутых руках тепло наших сердец. Давайте правыми руками перемешаем энергию наших сердец, создавая одно светило. А теперь каждый может взять в пригоршню часть того, что у нас получилось, и поместить в свое сердце. Теперь у каждого из нас есть тепло всех. Почувствовали? Протянем обе ладони в круг и сомкнем руки. Хором скажем «До скорых встреч!».

Занятие № 3: «Азбука воспитания для родителей»

1. Приветствие, анкетирование родителей (тесты и опросники представлены на портале: <http://ya-roditel.ru/parents/tests/>)

Анализ результатов анкетирования

Родители должны владеть знаниями по дошкольной педагогике, возрастной психологии, психологии семейных отношений, психологии общения. Выявление потребностей и запросов.

Контроль

Вопросы раздаются всем участникам, ответы принимаются по очереди.

1. Кому принадлежит ведущая роль в воспитании ребенка-дошкольника? (семье)
2. Назовите законодательные документы, в которых обозначена приоритетная роль семьи в воспитании ребенка (Конституция РФ, Закон «Об образовании», Конвенция о правах ребенка, Семейный кодекс).
3. В чем заключается роль других социальных институтов в воспитании детей? (помочь, поддержать, направить, дополнить воспитательную деятельность семьи).
4. В чем заключается компетентность родителя в общении с ребенком? (совершенствует свои знания, стремится к активному взаимодействию, внимательный, выдержан, тактичен в общении, владеет знаниями о семье, учитывает социальные запросы общества, обладает коммуникативными навыками).
5. Назовите условия, при которых может снизиться компетентность родителя? (ограничения со стороны здоровья, снижение работоспособности, в силу возрастных причин, недостаточная мотивация для деятельности, недостаточность информированности).
6. Назовите условия для преодоления утрачивания компетентности? (помощь учителей, создание мотивации для деятельности, чтение литературы, журналов, обращение за помощью к психологу, участие в проблемных семинарах, вебинарах).

2. Беседа о стилях и видах семей

Просмотр видеороликов:

Притча «Счастливая семья» (ссылка: <http://www.youtube.com/watch?v=AM7D8nXDZAU>);

Притча «Секрет счастливой семейной жизни» (ссылка: <http://www.youtube.com/watch?v=nKIAuEH6u0Q>)

Дискуссия.

3. Игра-инсценировка «Как поступить?»

Задание для команд: каждая команда придумывает конфликтную ситуацию «ребенок — родитель», объявляет её команде соперников. Каждая из команд должна проиграть данную ситуацию и найти выход из нее (мама предъявляет претензию - ребенок находит выход).

Контроль: вопросы к родителям после проигрывания ситуации:

1. Какую роль было легче реализовать: роль «предъявителя претензий» или роль «ответчика»?
2. Что должен делать родитель, если он не в состоянии убедить ребенка?
3. Какие чаще всего претензии предъявляются к родителям?

Занятие № 4: Беседа с родителями

Тема: «Какой я родитель»

1. Приветствие. Введение в тему

Ведущий: «Успех в воспитании обусловлен знанием психических особенностей детей разного возраста, особенностей развития нервной системы детей. При этом важно знать об особенностях поведения детей в раннем возрасте, так как в первые три года жизни индивидуальные особенности ребенка проявляются наиболее ярко. В беседе с родителями задаются вопросы о раннем периоде развития ребенка. Если в дошкольном возрасте отмечены негативные черты характера или индивидуальные особенности ребенка резко изменились, то, зная его развитие в раннем возрасте, легче понять причину этих изменений. Причиной могут быть и длительные болезни ребенка, и особенности воспитания в семье».

Примерные вопросы

1. Считаете ли вы своего ребенка очень подвижным или нет? Был ли он таким в раннем возрасте?
2. Легко ли ребенок в раннем возрасте входил в режим? Как реагировал на нарушение привычного режима (запоздавший обед, затянувшееся время бодрствования)? Каковы эти особенности в данное время?
3. Как засыпал ваш ребенок в раннем возрасте (быстро или медленно)? Спокойно ли он вел себя в кроватке, как происходил переход от сна к бодрствованию? Изменились ли эти особенности сейчас?
4. Как реагировал ваш ребенок в раннем возрасте и как реагирует сейчас на новые условия, незнакомых людей? Как он ведет себя в гостях, при посещении театра?
5. Быстро или нет ребенок осваивает правила поведения и охотно ли подчиняется им? Легко ли направить его поведение в нужном вам направлении?
6. Каким вы считаете своего ребенка: спокойным, малоэмоциональным или очень эмоциональным? Как он выражает свое отношение к близким?

7. В каком настроении обычно находится ваш ребенок? Часто ли проявляет радость, удовольствие? Как часто меняется его настроение? (Отметить причины отрицательных реакций: плач, страх.)

8. Постарайтесь вспомнить особенности игр ребенка в раннем возрасте. Играл ли он долго в какие-либо игры? Удавалось ли вам быстро переключить его на режим? У ребенка появлялись привычные формы поведения, которые не совсем вас устраивали. Удавалось ли вам их изменить? Какими приемами при этом вы пользовались? Легко ли это давалось вам?

9. Отвлекается ли ребенок, если он выполняет какое-либо поручение? Легко ли его отвлечь? Что его может отвлечь? В течение какого времени ребенок может заниматься одним делом, несмотря на отвлекающие факторы?

10. Какие черты характера ребенка вам не нравятся? Что бы вам хотелось изменить в нем? Как вы думаете, почему возникли эти черты?

Анализируя ответы родителей, ведущий рассказывает об индивидуальных особенностях поведения и деятельности детей.

2. Сообщение ведущего о психических особенностях детей

Уравновешенные, подвижные дети

Живые и эмоциональные дети почти всегда в хорошем настроении. Они всегда улыбаются. У них легко возникают чувства, которые быстро сменяют друг друга: бурно реагируя на недовольство взрослых, они плачут, но быстро отвлекаются, освобождаются от гнетущего настроения. Речь живая, быстрая, интонационно выразительная. Движения быстрые, точные. Дети легко изменяют темп движения: быстро переключаются от одних движений к другим. Засыпают такие дети быстро, сон у них глубокий. Переход от сна к бодрствованию происходит легко, они просыпаются веселыми и бодрыми.

Уравновешенные дети легко приспосабливаются к различным условиям. Новая обстановка и незнакомые люди их редко пугают: с незнакомыми они активно вступают в общение, не чувствуют скованности. Период адаптации к детскому саду у них очень незначительный (3—5 дней). Навыки у детей формируются быстро, изменение навыка происходит легко.

У подвижных детей широкий круг общения, много друзей. В деятельность они включаются легко и быстро, могут проявлять настойчивость, стремятся изменить способы работы. Но если работа однообразная или неинтересная, то такой ребенок может не довести ее до конца: его интересы и желания меняются очень быстро.

При недостаточном педагогическом воздействии активность и подвижность нервных процессов может привести к отсутствию настойчивости и усидчивости.

В коллективе сверстников такие дети часто бывают лидерами, но сверстники, характеризуя их, называют такую черту, как хитрость, а наблюдения показывают, что таким детям бывает свойственна завышенная самооценка. Она часто формируется в семье.

Возбудимые, неуравновешенные дети

Они очень эмоциональны, чувства их сильны, но неустойчивы. Возбудимые дети вспыльчивы, легко раздражаются. Когда они ложатся спать, то долго не могут успокоиться: сон их бывает беспокойным. Утром они просыпаются быстро, но если день начался с нежелания что-то делать, то плохое настроение сохраняется надолго. Речь у них быстрая, отрывистая, выразительная, движения резкие, иногда порывистые. В преодолении препятствий дети настойчивы, но нетерпеливы, невыдержанные, раздражительные, импульсивные.

В присутствии незнакомых людей такие дети могут быть очень возбужденными, ими трудно управлять. К детскому саду они привыкают быстро (5—10 дней). Такие дети общительны, хотя очень часто ссорятся со сверстниками.

Они энергичны, способны выполнить большой объем работы. Увлеченность помогает им преодолевать значительные трудности, однако работают они урывками. Не умея рассчитывать свои силы, они внезапно прекращают что-либо делать. Силы их восстанавливаются быстро, и они включаются в другую деятельность.

Неуравновешенность детей часто приводит к таким чертам характера, как упрямство, вспыльчивость.

Медлительные дети

Эти дети внешне мало эмоциональны. Они спокойны, уравновешены, сдержанны. Однако чувства их глубоки, они могут испытывать сильные привязанности. При кажущейся необщительности такие дети имеют близких друзей, расставание с которыми долгое время переживают.

Перед сном они ведут себя спокойно, засыпают быстро или некоторое время тихо лежат с открытыми глазами. Просыпаются вялыми, долгое время после сна ходят сонными.

Речь их нетороплива, спокойна, с достаточным словарным запасом, но говорят они невыразительно, с паузами. Внимание детей устойчивое, возникает оно медленно, переключение на другое проходит неторопливо. Навыки формируются долго, но они устойчивы и изменяются с трудом. К новой обстановке дети привыкают медленно, в общении с незнакомыми людьми ведут себя скованно, молчат. Присущая ребенку медлительность проявляется и в деятельности. Какое-либо дело он может выполнять не отвлекаясь, хотя включиться в него не спешит. Длительную работу, требующую затраты сил, долгого напряжения, усидчивости, устойчивого внимания и терпения такие дети выполняют без утомления, постоянно проверяя правильность своих действий. Темп работы предпочитают медленный, пользуются при этом проверенными способами и методами. Если они хотят чего-то добиться, то проявляют высокую активность, способны преодолевать препятствия.

На этих детей необходимо обращать особое внимание, так как их сдержанность и рассудительность легко спутать с равнодушием, безыници-

ативностью, ленью. При недостаточных воспитательных воздействиях у медлительных детей могут развиваться пассивность, узость интересов, слабость чувств.

Чувствительные, ранимые дети

Ранимые дети долго переживают неудачи и наказания. Настроение их неустойчиво. Слабость нервных процессов приводит к тому, что даже на незначительные воздействия взрослого (изменившийся тон голоса) они очень реагируют. Сильное воздействие взрослого вызывает у них или состояние запредельного торможения, или истерику.

Ранимые дети чувствительны к изменению режима, поэтому могут засыпать и просыпаться по-разному, в зависимости от внешних обстоятельств. В привычной обстановке они долго, неторопливо укладываются, быстро засыпают и просыпаются веселыми, бодрыми. Речь детей интонационно выразительна, хотя часто они говорят тихо, неуверенно. Внимание таких детей сосредоточено лишь при отсутствии посторонних раздражителей. Переключаются они плохо, быстро утомляются. В привычной обстановке дети проявляют тонкую наблюдательность, излишне внимательны к мелочам. Движения их неуверенные, неточны или суетливы.

Навыки, привычные формы поведения у этих детей возникают достаточно быстро, но они неустойчивы и зависят от внешних обстоятельств. В привычной обстановке ребенок все делает правильно и тщательно.

В новых ситуациях они неуверенные, застенчивые, испытывают страх и поэтому проявляют работоспособность ниже своих возможностей. К детскому саду привыкают долго.

У детей этого типа есть важная положительная особенность — высокая чувствительность, которая необходима при воспитании таких ценных качеств характера, как доброта и отзывчивость.

При неправильных воспитательных воздействиях высокая впечатлительность и ранимость детей, слабость и невыносливость нервной системы могут развиваться в замкнутость, стеснительность, склонность к внутренним переживаниям событий, которые этого не заслуживают.

Занятие № 5: «Поощрение и наказание в воспитании ребенка»

1. Вступительное слово ведущего: «Уважаемые родители, нет никаких сомнений в том, что вы любите своих детей и желаете им добра. Но быть родителями - это радостный, но также и напряженный труд. И выполняя эту работу, вы не один раз заходите в тупик, испытываете сомнения, пытаетесь найти самую подходящую для вас и ваших детей систему воспитания. Сегодня мы попытаемся ответить на отдельные вопросы: нужно ли наказывать детей? Можно ли испортить ребенка похвалой? За что можно хвалить ребенка?»

2. Упражнение: «Перебежки»

Участники выполняют команды ведущего:

– встать и поменяться местами тем, у кого один ребенок;

- встать и поменяться местами тем, у кого хорошие отношения с детьми;
- встать и поменяться местами тем, у кого двое детей;
- встать и поменяться местами тем, кто любит своего ребенка;
- встать и поменяться местами тем, кто часто играет с ребенком.

Ведущий: «Ну, вот мы немножко пошевелились и готовы к разговору».

3. Упражнение «Возьми подарок из коробочки»

Ведущий: «Возьмите, пожалуйста, каждый по одному предмету из волшебного мешочка. - Что вы достали? (колокольчик) – Посмотрите, с одной стороны, они все одинаковые, а если присмотреться, то вы увидите различие: по цвету, по звучанию и д. т. Так и наши дети - все разные, у каждого своя индивидуальность».

4. Упражнение «Моё солнышко»

Ведущий: «Вот мы и подошли к следующему упражнению. Сейчас я раздам вам солнышки, и вы увидите, что они особенные - в центре фотография вашего самого любимого солнышка. На лучиках напишите, пожалуйста, качества, черты характера, какие-то особенности вашего ребёнка».

– А теперь для вас сюрприз: переверните солнце и увидите качества, которые про себя сказали ваши дети. И теперь зачитайте эти качества».

5. Упражнение «Ты мой цветочек»

Участники сидят в кругу. *Ведущий:* «Представьте своего ребёнка цветком. Каким бы он был? Какие листья, стебель, а может быть шипы? Высокий или низкий? Яркий, или не очень? После того, как все представили это – нарисуйте этот цветок» (всем раздается бумага, фломастеры, мелки).

Дальше участникам предлагается вырезать свой цветок. *Ведущий:* «А теперь, этими цветами засадите вот эту поляну (все участники по очереди выходят и прикрепляют свой цветок). - Посмотрите какой «прекрасный сад» у нас получился, хоть и много цветов, но всем хватило места, каждый занял только свое. Посмотрите, какие цветы у всех красивые и разные. Но есть и общее - у кого-то окраска, у кого-то - размер или форма листьев. И всем без исключения цветам нужно солнце и внимание. А так как мы рисовали своих детей в образе цветов, - как и цветам, детям нужна наша забота, опека, внимание и любовь».

6. Упражнение «Поощрение и наказание в семье»

Ведущий: «Так как же быть с наказанием и поощрением? Как это происходит в вашей семье... Перед вами лежат листочки, разделенные на две части. Предлагаю вам написать в одной из них, как вы поощряете своего ребёнка, а в другой – как наказываете. Прошу выполнить эту работу за три минуты - (выполняют) - А теперь я попрошу зачитать. На столе стоят весы. На одной чаше написано «поощрение», а на другой – «наказание». Я буду класть по монете за каждое поощрение, которое вы написали и за каждое наказание. А теперь посмотрите, какая чаша весов перевешивает (Поощрения должны в 2-3 раза превышать наказания.). Теперь мы предлагаем вам сравнить ваше мнение с точкой зрения ребенка. Они, как и вы, отвечали на вопросы, как их поощряют в семье и как наказывают».

Просмотр отрывка видеозаписи интервью детей.

Ведущий: «Телесные наказания и битье детей абсолютно неприемлемы. Ребенок, которого бьют, чувствует себя оскорбленным, униженным; он чувствует неприязнь к самому себе и окружающим. Его последующее поведение может быть продиктовано жадной мести. Кроме того, его мучает страх, что может быть губительным для его развития. Ребенку трудно осознать, что он подвергся телесному наказанию из-за своего неверного поведения. Для него гораздо естественнее считать, что такое наказание - это проявление гнева или нелюбви со стороны того, кто его наказал. Но нужно заметить, что словесные оскорбления – обидные замечания, грубые слова, постоянные придирки, насмешки, – могут оказаться не менее унижительными и способны причинить не меньший вред, чем рукоприкладство».

Поэтому основным принципом, которым мы должны руководствоваться, должен стать следующий: наказание допустимо и оправдано, если оно логически вытекает из поступков ребенка. Оно должно быть разумным и прямо связанным с содержанием поступка».

Итак, уважаемые родители, наказание будет эффективным тогда, когда есть поощрение. Многие родители полагают, что главное внимание они должны уделять всему несовершенному, слабому, неверному в поведении своего ребенка. Такая точка зрения ошибочна. Воспитывает ребенка не столько отрицательное (наказание), сколько положительное (поощрение) подкрепление. Любите своих детей. Считается, что ежедневные объятия необходимы: 5 объятий – для выживания, 10 – для поддержки, 15 – для роста и развития ребёнка».

7. Упражнение «Хвасталки» «Мой ребенок»

Каждый участник тремя позитивными прилагательными должен охарактеризовать своего ребенка. Группа отвечает участнику: «Мы рады за тебя!»

8. Упражнение «Пословицы»

Родители делятся на 2 группы, каждая получает по одной пословице, и объясняет, что имели в виду наши предки:

- Без корня и трава не растет.
- Не мы на детей походим, а они на нас.

9. Упражнение «Подарок своему ребёнку»

Ведущий: «На сердечках напишите слова любви своему ребёнку».

10. Заключение

Ведущий: «А теперь мысленно поблагодарим друг друга за работу, вздохнем и улыбнемся друг другу».

Анкета для родителей (начальная)

Уважаемые родители!

Мы предлагаем Вам ответить на вопросы анкеты. Ваши ответы будут использоваться в обобщенном виде для выявления потребностей родителей, посещающих группу «Родительская академия».

1. ФИО родителей _____
2. ФИО ребенка _____
3. Укажите, пожалуйста, сферу Вашей трудовой деятельности _____
4. Категория Вашей семьи _____
5. Занимаетесь ли Вы с Вашим ребенком? _____
6. Какие темы по воспитанию и развитию ребенка Вас интересуют? _____
7. Ваши ожидания от консультации специалиста по воспитанию и развитию Вашего ребенка? _____

Анкета для родителей (Заключительная)

Уважаемые родители!

Мы предлагаем Вам ответить на вопросы анкеты. Ваши ответы будут использоваться в обобщенном виде для выявления потребностей родителей, посещающих группу «Родительская академия».

1. ФИО родителей _____
2. ФИО ребенка _____
3. На Ваш взгляд, что полезного Вы приобрели на занятиях?
 - стали лучше понимать своего ребенка
 - узнали о различных играх и игровых упражнениях
 - получили новую информацию о возрастных особенностях ребенка
 - научились организовывать досуг своего ребенка
 Ваш вариант _____
4. Ваши предложения и пожелания _____

Программа развития у подростков коммуникативных навыков «Мы в ответе за свои поступки»

*Едемская Людмила Васильевна,
заведующий отделением
по работе с семьей и детьми;
Хлопина Ирина Владимировна,
психолог отделения по работе
с семьей и детьми.
Бюджетное учреждение социального
обслуживания Вологодской области
«Комплексный центр социального
обслуживания населения
Бабушкинского района»*

Цель и задачи программы

Цель: активизация подростков в поиске эффективных решений различных проблем, конструктивных способов преодоления конфликтных ситуаций, осознание и защита своих прав и интересов.

Задачи:

- оказание социально-психолого-педагогической помощи, обучение взаимопомощи;
- обмен опытом в решении проблем детей и подростков;
- повышение самосознания участников программы, самооценки, уверенности в себе;
- подготовка плана, направленного на оказание психолого-педагогической помощи детям и подросткам.

Целевая группа:

подростки из семей «группы риска», семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, семьи в социально опасном положении, дети из многодетных семей и дети из неполных семей.

Организационные условия: занятия проводятся 1 раз в неделю в форме групповых занятий продолжительностью 40 минут. Состав группы - до 8 человек. Параллельно с занятиями в программе предусмотрены индивидуальные и групповые консультации родителей и подростков.

Тематическое планирование занятий

Тема занятий	Цель занятий	Содержание
«Будем сотрудничать»	Создание благоприятных условий для работы в группе, ознакомление с новой формой работы социально-психологическим тренингом, основными принципами работы	Знакомство участников друг с другом, создание благоприятного психологического климата в группе

«Познакомимся поближе»	Установление контакта с подростками и создание положительной мотивации к предстоящим занятиям	Упражнения на установление доверительных, партнерских отношений
«Я тебя понимаю»	Создание спокойной доверительной атмосферы в группе, тренировка участников группы в умении общаться	Отработка навыков уверенного поведения
«Мои проблемы»	Создание спокойной доверительной обстановки в группе, тренировка участников в умении общаться	Отработка навыков саморегуляции, разрядка агрессии
«Конфликты. Я в конфликтных ситуациях»	Знакомство с понятием «конфликт», видами конфликтов и способами их разрешения. Расширение диапазона используемых подростками стратегий в конфликтных ситуациях	Анкетирование «Как вы себя ведете во время конфликта». Разыгрывание ситуаций
«Возможна ли жизнь без конфликтов»	Продолжать учить навыкам общения в конфликтных ситуациях. Отработка навыков общения у детей	Диалог с подростками на тему конфликта; упражнения, помогающие решить конфликтную ситуацию; проигрывание одного из возможных конфликтов
«Эффективные приемы общения»	Расширение диапазона используемых подростками стратегий общения	Обучение на практике способам решения конфликтных ситуаций в межличностных отношениях
«Будьте собой, но в лучшем виде»	Повышение самооценки. Развитие самоанализа.	Упражнения на развитие умения говорить о себе позитивно, находить в себе скрытые особенности личности и использовать приемы для изменения себя в лучшую сторону
«Мои права и права других людей»	Сформировать у подростков позицию уважения к своим правам и правам других	Беседа о правах личности, как основе адекватного взаимодействия с окружающими
«Я в своих глазах и в глазах других людей»	Способствовать самоанализу подростков, развивать самооткрытие, самопознание	Отработка умения анализировать и определять свои психологические особенности, особенности окружающих людей
«Понятие выбора и принятий решения»	Отработать навыки взаимодействия и обучить навыкам принятия правильного решения	Разбор ситуаций, игра - загадка, упражнения
«С кем поведешься, от того и наберешься»	Дать понятие о важности и необходимости правильно формировать свои интересы и свой круг общения	Анализ круга общения подростков, упражнения на определение границ общения

Примеры конспектов занятий

Занятие «Будем сотрудничать»

Цель: создание благоприятных условий для работы в группе, ознакомление с новой формой работы (социально-психологическим тренингом), с основными принципами работы социально-психологического тренинга.

Ожидаемый результат: знакомство участников друг с другом, создание благоприятного психологического климата в группе.

1. Вступление

Время проведения: 10 мин.

Введение. Слово ведущих – приветствие, разъяснение участникам об особенностях работы в тренинговой группе.

2. «Здравствуй, я рад познакомиться!»

Цель: Создание групповой атмосферы: знакомство участников.

Время проведения: 10 мин.

Содержание: участникам предлагается сделать себе визитку, т.е. указать на карточке своё имя, которым они будут пользоваться на протяжении всех занятий. При этом можно взять себе любое имя: своё настоящее; игровое имя; имя своего хорошего знакомого. Предоставляется полная свобода выбора. Затем нужно прикрепить свою визитку на одежду. В дальнейшем на всём протяжении занятий участники будут обращаться друг к другу по этим именам. На выполнение даётся 3 мин.

Обсуждение: по очереди каждый из участников представится и скажет о себе несколько слов: что он ожидает от занятий.

3. «Правила нашей группы»

Цель: Выработка основных правил работы в тренинговой группе.

Время проведения: 10-15 мин.

Содержание: после того, как участники познакомились, ведущий предлагает им правила работы в группе. Участники их внимательно читают и если все правила принимаются, то утверждают их. Если же участникам не нравится какое-либо правило, то они обосновывают своё недовольство и предлагают своё правило. Также участники могут просто дополнить предложенные ведущим правила.

Правила:

– «Доверительный стиль общения. Предлагаем принять единую форму общения на «ты», по имени».

– «Здесь и теперь». Во время занятий все говорят только о том, что волнует каждого; то, что происходит с нами в группе, мы обсуждаем здесь и теперь».

– «Не оцениваем друг друга. Мы не говорим: «Ты мне не нравишься»,

а говорим: «Мне не нравится твоя манера общения». Не переходим на личности».

– «Уважение к говорящему. Когда высказывается кто-либо из членов группы, мы его внимательно слушаем, даём возможность сказать то, что он хочет. Не перебиваем его».

– «Конфиденциальность всего происходящего в группе. Всё, что происходит во время занятий, никогда, ни под каким предлогом не выносятся за пределы группы. Мы доверяем друг другу и группе в целом».

– «Активное участие в происходящем. Не замыкаемся в себе, всегда внимательны к другим, нам интересны другие люди».

– «Искренность в общении. Во время работы группы мы говорим только то, что чувствуем и думаем по поводу происходящего, т.е. только правду. Если нет желания говорить искренне и откровенно, то мы молчим. Без обиды принимаем высказывания других членов группы».

– «Как можно больше контактов и общения с различными людьми. У каждого из нас есть определённые симпатии, но во время занятий мы стараемся общаться со всеми членами группы, и особенно с теми, кого меньше всего знаем».

Правила записываются на листе ватмана, который постоянно висит на стене во время всех последующих занятий группы.

Краткое обсуждение выполнения задания.

4. Игра «Поменяйтесь местами»

Цель: сплочение коллектива, нахождение общего среди участников.

Время проведения: 10-15 мин.

Содержание: ведущий стоит в центре круга и говорит признак, который относится к нескольким участникам, например, «Поменяйтесь местами те, кто сегодня проснулся рано!» Кто не успевает занять место – водит. В начале игры один стул убирается.

Обсуждение: обмен впечатлениями после игры: в каких случаях все менялись местами? Когда вставали несколько человек? Когда вставал только один человек?

5. «Змея»

Цель: сокращение эмоциональной дистанции между детьми в группе.

Время проведения: 15-20 мин.

Содержание: одному из участников группы предлагается выйти в коридор или другое помещение. После того, как он вышел, оставшиеся берутся за руки так, чтобы получилась цепочка. Эта цепочка изображает змею, а два крайних участника – её голову и хвост. Как это часто бывает, змея сворачивается во всевозможные кольца – «запутывается». (Ведущий помогает «змее» запутаться, предоставляя инициативу запутывания «голове» В процессе запутывания можно перешагивать через сомкнутые руки, подлезать под них. В конце запутывания «голова» и

«хвост» змеи могут спрятать свои свободные руки, но братья за руки они не должны.)

Когда «змея» запуталась, ведущий приглашает подростка, находившегося за дверью, и предлагает ему распутать «змею». При этом ему можно сообщить, что у неё есть «голова» и «хвост».

Краткое обсуждение выполнения задания.

6. Заключительная часть

Время проведения: 10-15 минут

Релаксация. Используется метод последовательного напряжения и расслабления различных групп мышц. После выполнения упражнения участники рассказывают о своем опыте, отмечая, что хорошо получилось, а что было трудно расслабить.

Получение обратной связи. Ответы на вопрос: «Какое настроение у участников?», «Менялось ли оно в ходе упражнений?», «Что понравилось в занятии?», «Что не понравилось?».

Оглашение тематики следующего занятия.

Ритуал прощания. Участники встают в круг и кладут руки на плечи друг другу. Они приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо, до свидания».

Занятие «Я тебя понимаю»

Цель: отработка навыков уверенного поведения.

Ожидаемые результаты: создание спокойной, доверительной атмосферы в группе, тренировка участников группы навыкам расслабления, снятия телесных зажимов.

1. Вступление

Время проведения: 5 мин.

Приветствие участников. Получение обратной связи по итогам прошлого занятия: что для участников было особенно важным или интересным; предложите задать вопросы, которые у них возникли после первого занятия.

Сообщение о цели и содержании данного занятия.

2. Игра «Кенгуру»

Цель: отработать навык взаимодействия с партнером, способствовать сплочению группы.

Время проведения: 10 мин.

Содержание: участники делятся на пары. Один из них (кенгуру) - стоит, другой (кенгуренок) – сначала встает спиной к нему (плотно), а затем приседает. Оба участника берутся за руки. Задача каждой пары - именно в таком положении, не разнимая рук, пройти до противоположной стены, до ведущего, обойти помещение по кругу, попрыгать вместе и т. д.

На следующем этапе игры участники могут поменяться ролями, а затем – партнерами.

Обсуждение: участники игры в кругу делятся впечатлениями, ощущениями, возникшими у них при выполнении различных ролей.

3. «Прогулка по сказочному лесу»

Цель: снятие мышечных зажимов, развитие творческого воображения.

Время проведения: 15 мин.

Содержание: ведущий предлагает участникам представить, что они находятся в сказочном лесу и превращаются в различных животных (зайца, волка, лису, медведя, змею, жирафа и т.д.). Во время выполнения упражнения особенно важно поддерживать атмосферу психологической безопасности и безоценочности.

Обсуждение: после окончания упражнения участники обмениваются чувствами.

4. Понятие «тревожность»

Цель: осознание личностного смысла понятия «тревожность».

Время проведения: 10 минут

Содержание: участникам задается вопрос: «Какие ассоциации вызывает у вас это слово?». Все ассоциации записываются на доске. В ходе дальнейшего обсуждения необходимо подвести участников к представлению о том, что тревожность – это личностная черта, проявляющаяся в легкости формирования беспокойства и страхов.

5. «Скульптура»

Цель: развить умение владеть мышцами лица, рук, ног и т. д., снизить мышечное напряжение.

Время проведения: 15-20 минут

Содержание: дети разбиваются на пары. Один из них – скульптор, другой – скульптура. По заданию взрослого (или ведущего-ребенка) скульптор лепит из «глины» скульптуру:

- ребенка, который ничего не боится;
- ребенка, который всем доволен;
- ребенка, который выполнил сложное задание и т. д.

Темы для скульптур может предлагать взрослый, а могут выбирать сами дети. Затем дети могут поменяться ролями. Возможен вариант групповой скульптуры.

Обсуждение: спросить, что чувствовали дети в роли скульптора, скульптуры, какую фигуру приятно было изображать, какую — нет.

6. Упражнение «Щепки на реке»

Цель: создать спокойную, доверительную атмосферу в группе, провести релаксацию.

Время проведения: 15 минут

Содержание: участники встают в два длинных ряда, один напротив другого. Это - берега реки. Расстояние между рядами должно быть больше вытянутой реки. По реке сейчас поплывут Щепки. Один из желающих должен «проплыть» по реке. Он сам решит, как будет двигаться: быстро или медленно.

Участники игры («берега») помогают руками, ласковыми прикосновениями движению Щепки, которая сама выбирает путь: она может плыть прямо, может крутиться, может останавливаться и поворачивать назад... Когда Щепка проплывет весь путь, она становится краешком берега и встает рядом с другими. В это время следующая Щепка начинает свой путь.

Упражнение можно проводить как с открытыми, так и с закрытыми глазами (по желанию самих Щепок).

Обсуждение: участники делятся своими ощущениями, возникшими у них во время «плавания», описывают, что они чувствовали, когда к ним прикасались ласковые руки, что помогало им обрести спокойствие во время выполнения задания.

Получение обратной связи через вопросы: «Какое настроение у участников?», «Менялось ли оно в ходе упражнений?», «Что понравилось в занятии?», «Что не понравилось?».

Оглашение тематики следующего занятия.

7. Ритуал прощания

Занятие «Будьте собой, но в лучшем виде»

Цель: обучение тому, как находить в себе скрытые особенности личности и использовать приемы для изменения в лучшую сторону; развитие способности понимания своего состояния и состояния других людей.

Ожидаемые результаты: повышение самооценки.

1. Вступление

Время проведения: 5- 10 минут

Приветствие участников. Получение обратной связи по итогам прошлого занятия: что для участников было особенно важным или интересным; предложите задать вопросы, которые у них возникли после предыдущего занятия.

Сообщение о цели и содержании данного занятия.

2. «Автопилот»

Цель: помочь подросткам лучше разобраться в себе и настроиться на радостную и продуктивную жизнь в дальнейшем.

Время проведения: 15 минут.

Содержание: Ведущий: «Сейчас ваша задача - записать не менее де-

сяти фраз-установок типа: «Я умный!», «Я сильный!», «Я обаятельная!», «Я красивая!» и т. п. Естественно, эти установки должны относиться непосредственно к вам, отражать ваши жизненные цели и стремление стать именно таким. Необходимо отнестись к этому заданию серьезно, так как жизнь человека во многом определяется именно тем, что он о себе думает, что он чаще всего о себе говорит. Ни в коем случае нельзя писать фразы, подчеркивающие ваши слабости и недостатки. Это должна быть оптимистическая программа будущего, своеобразный автопилот, который поможет вам в любых жизненных ситуациях».

3. «Что мне нравится, что я люблю в самом себе?»

Цель: принятие себя.

Время проведения: 15 минут.

Содержание: участники по очереди отвечают на вопрос «Что мне нравится, что я люблю в самом себе?». Важно следить за тем, чтобы участники говорили уверенным и радостным тоном, не преуменьшая свои достоинства, а преувеличивая их (например, не «иногда я бываю умной», а «я невероятно умная»). Группа должна поддерживать каждого участника, принимая его и радуясь вместе с ним.

4. «Что я люблю делать?»

Цель: принятие себя.

Время проведения: 5-10 минут.

Содержание: участники по очереди отвечают на вопрос, вынесенный в название упражнения.

5. Упражнение «Художественный фильм»

Цель: повышение самооценки, развитие процесса самораскрытия.

Время проведения: 15-20 минут

Содержание. Ведущий: «Станьте режиссером своей жизни, вместо того, чтобы быть актером. Поставим фильм — каждый про свою будущую жизнь.

Вот как предлагает это сделать московский психолог Н. Н. Толстых: «Представьте себе всю вашу будущую жизнь как художественный фильм, в котором вы играете главную роль. Вы сами — и сценарист, и постановщик, и директор картины. Вам решать, о чем этот фильм, вам выбирать, какие в нем будут действовать персонажи, где будут происходить события». А дальше — внимание! Очень важный момент: надо нарисовать на бумаге свой портрет — портрет героя будущего фильма, но не обычный автопортрет, а портрет того, кем бы вы хотели стать. При этом не важно, будет ли этот рисунок выполнен в реалистической, абстрактной или в какой угодно другой манере. Важно, чтобы он отражал вас таким, каким вы хотели бы видеть себя в будущем.

Отдохните немного и посмотрите на него. Скажите себе: «Это я. Такой,

каким я сделал себя сам. Нравлюсь ли я себе таким?» Если нет или не совсем, все еще можно исправить. Внесите необходимые изменения, уберите ненужное, добавьте детали. Сделайте все, чтобы вы были довольны. Не торопитесь».

Обсуждение: участникам предлагается ответить на вопрос: «Теперь вы нравитесь себе? Тогда опишите словами то, что вы в себя вложили».

6. Ритуал прощания.

Занятие «Мои права и права других людей»

Цель: дать понятие о правах личности как основы адекватного взаимодействия с окружающими.

Ведущий: «В повседневной жизни мы часто сталкиваемся с грубостью, неуважением к другому человеку. Это могут быть грубые слова, злая шутка, иногда физические действия (толкнули, задели). Порой человек делает это случайно, а иногда — намеренно. Из-за чего же человек может сознательно желать обидеть или унижить другого человека, даже незнакомого, еще не успевшего ничего ему сделать?»

Обсуждение. Почему человек может вести себя грубо? С чем связано уверенное, неуверенное и грубое поведение? Что значит «качать права», как это выглядит в поведении?

1. Упражнение «Скульптура»

Выполняется в группах по 6-8 чел. Каждая группа должна вылепить скульптуру человека: уверенного или неуверенного. Фигура «лепится» из одного из участников, которому все участники группы придают необходимую позу, показывают мимику. Затем каждая группа выбирает «экскурсовода», который будет демонстрировать «скульптуру» другим группам и рассказывать, что и как она выражает. «Экскурсанты» (члены других групп) могут соглашаться или не соглашаться, вносить свои коррективы.

2. Упражнение «Декларация прав»

Ведущий: «Итак, уверенное поведение человека обусловлено уверенностью в себе, точнее, уверенностью в своих правах. Существуют личные права, которыми каждый человек может пользоваться для защиты при разрешении всевозможных конфликтов. Эти права отличаются от юридических. За защитой своих личных прав мы не вправе обратиться к закону, а можем рассчитывать только на себя и свои собственные возможности. Соблюдение этих прав гарантируется только одним — равенством всех людей. То есть, если ты нарушаешь чьи-то личные права, то точно так же будут нарушены и твои права.

Личные права могут быть любыми. Но они должны соответствовать двум критериям:

1. Твои права не должны ущемлять права других людей.
2. Осуществление этих прав должно зависеть не от других людей, а от тебя самого.

Личные права появляются у человека с момента рождения и сохраняются до самой смерти. Заявляя о своих правах, надо помнить: точно такие же права есть и у всех остальных людей. Учитесь уважать личные права других также, как вы хотите, чтобы уважали ваши.

Переход к упражнению.

Упражнение выполняется в группах по 6-8 человек.

Ведущий: «Составьте список того, на что вы имеете право, и того, что вы никогда не обязаны делать. Соблюдайте критерии! На выполнение дается 10-12 минут. Затем зачитайте свои декларации всей группе и выберите лучшую».

Вы имеете право:

- иногда ставить себя на первое место;
- просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- протестовать против несправедливого обращения или критики;
- на свое собственное мнение и убеждения;
- совершать ошибки, пока не найдете правильный путь;
- предоставлять людям возможность решать свои собственные проблемы;
- не обращать внимания на советы окружающих и следовать своим собственным убеждениям;
- говорить «нет, спасибо», «извините, НЕТ», если что-то вам не подходит или не нравится;
- побыть одному(ой), даже если другим хочется вашего общества;
- на свои собственные чувства — независимо от того, понимают ли их окружающие;
- менять свои решения или избирать другой образ действий;
- добиваться перемены договоренности, которая вас не устраивает.

Вы никогда не обязаны:

- быть безупречным(ой) на 100%;
- следовать за толпой;
- любить людей, приносящих вам вред;
- делать приятное неприятным людям;
- извиняться за то, что были самим(ой) собой;
- чувствовать себя виноватым за свои желания;
- мириться с неприятной ситуацией;
- жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;
- сохранять отношения, ставшие оскорбительными;
- делать больше, чем вам позволяет время;
- делать что-то, что на самом деле не можете сделать;
- выполнять неразумные требования;
- отдавать что-то, что на самом деле не хочется отдавать;

- нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения;
 - отказываться от своего «Я» ради кого бы то или чего бы то ни было.
- Заявляя о своих правах, будьте готовы к тому, что иногда их придется отстаивать. Многие люди до сих пор с трудом осознают, что другой человек может решительно отказать им в ответ на их притязания, нелегко смиряются с невозможностью «психологически давить» на человека, то есть заставлять его делать то, что им угодно.

Составьте свою собственную «Декларацию прав», но обязательно помня о критериях. Не позволяйте другим людям манипулировать и играть вами с помощью слов «должен», «обязан», «виноват».

Знание своих прав способствует обретению уверенности в себе и взаимодействию с другими людьми «на равных».

Обсуждение:

1. В чем причина уверенного, неуверенного и грубого поведения?
 2. Что такое личные права и каковы их критерии?
 3. Приведите примеры личных прав человека.
 4. Для чего нужно знать свои личные права?
- Объявление темы на следующее занятие.

3. Ритуал прощанья.

Занятие «Я в своих глазах и в глазах других людей»

Цель: способствовать самоанализу подростков, развивать самораскрытие, самопознание, умение анализировать и определять психологические характеристики — свои и окружающих людей.

1. Приветствие участников.

2. Упражнение «Что в имени тебе моём?»

Ведущий: «Без чего человек не может жить? В воде не тонет, в огне не горит, в земле не гниет? Конечно, это имя человека. Напишите свое имя крупными красивыми буквами. От каждой буквы вашего имени вниз столбиками напишите слово, которое начинается с одной из букв вашего имени и характеризует вас.

- Что означает ваше имя?
- Какие качества зашифрованы в нем?
- Нравится ли вам ваше имя?
- Когда у вас именины?»

3. Упражнение «Кто я?»

Ведущий: «У каждого человека есть собственная теория о том, что делает его уникальным, отличает от других людей. При этом возникает вопрос: «Разделяют ли другие мою точку зрения?» Подросткам предлагается разделить лист бумаги на три графы по вертикали: в 1-й графе

ответить на вопрос: «Кто я?» Для этого быстро написать 10 слов-эпитетов, писать следует в том порядке, в каком они приходят в голову. Во 2-й графе написать, как на этот же вопрос ответили бы ваши родители, знакомые (любой значимый другой). В 3-й графе на тот же вопрос отвечает кто-то из группы. Для этого все кладут свои подписанные листочки на стол, они перемешиваются, затем каждый, не глядя, берет листочек со стола и пишет о том человеке, чей листочек ему попался. Затем листочки снова складываются на стол, и каждый забирает свой.

При обсуждении результатов данной процедуры можно обратить внимание на следующие аспекты: повторяется ли какое-либо качество, слово во всех трех графах; о чем это может говорить (например, об открытости человека в общении); насколько хорошо человек сам себя знает (количество слов в 1-й графе); отношение к самому себе (соотношение позитивных и негативных эпитетов); совпадают или не совпадают Я-концепция и представления других об этом человеке; из чего складываются представления других о человеке (обсуждение вопроса ответственности человека за презентацию себя другим людям) и т.д.

4. Упражнение «Никто не знает»

Ведущий: «Сейчас тот, у кого в руках мячик, должен назвать свое имя и то, что о нем никто не знает, и перекинуть мячик любому участнику. Все остальные должны внимательно слушать и запоминать, что говорят. Пример: «Я - Маргарита Николаевна, никто не знает, что я...» Каждый участник называет свое имя и любую информацию, которую никто о нем не знает.

Ведущий: «А теперь мы с вами делаем наоборот: тот, у кого мячик, кидает его любому участнику и называет его имя и то, что о нем узнал. Например: «Ваня, я узнала, что ты...»

5. Упражнение «... Зато ты»

Инструкция: каждый из участников подписывает свой лист и пишет на нем один какой-то свой недостаток, затем передает свой лист другим участникам. Они пишут на его листе «... зато ты...». и далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно (у тебя очень красивые глаза, ты лучше всех рассказываешь анекдоты).

Потребуются листы бумаги А4 по числу участников, столько же ручек, можно разноцветных. В конце выполнения задания каждому участнику возвращается его лист. Во время выполнения задания в группе царит оживление и хорошее настроение, и в любой группе, даже в которой участники очень устали или напряжены, это задание выполняется с большим энтузиазмом.

6. Рефлексия

7. Ритуал прощания

Занятие «С кем поведешься, от того и наберешься»

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

1. Ритуал приветствия

2. Упражнение «Ассоциации»

Ведущий: «Какие ассоциации возникают у нас, когда мы слышим слово «компания»? Слова, которые называют участники, записываются на доске: «друг», «не бросят», «гуляем», «разговариваем», «не скучно» и др.

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

3. Беседа о причинах объединения в группы

Обращаем внимание участников на то полезное, что может принести то или иное объединение («научился играть на гитаре», «ездить на мотоцикле», «стал сильнее», «стал увереннее в себе»), затем интересуемся, всегда ли это влияние является положительным.

4. Упражнение «Различия»

Ведущий предлагает участникам подумать и назвать отличия отрицательной компании от положительной. Ответы записываются на доске.

5. Упражнение «Алгоритм двух «О»

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

Участникам предлагается перечислить несколько ситуаций, в которых им было необходимо отказаться от тех или иных предложений. Например, друзья приглашают на дискотеку, но у вас другие планы. Ведущий сообщает алгоритм двух «О» (алгоритм «Оптимального Отказа»): Я-сообщение + отказ + аргумент + встречное предложение («Мне приятно, что ты меня пригласил, + но я не могу пойти, + так как у меня важная встреча, + пойдем лучше завтра в кино»). Алгоритм записывается на доске. Далее участники делятся на пары, один из них уговаривает другого (за основу можно взять реальную ситуацию), второй отказывается, используя предложенный алгоритм, затем участники меняются ролями.

Обсуждение упражнения:

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

6. Упражнение «Комплименты»

Ведущий: «Умение увидеть сильные стороны, положительные качества у любого человека и, главное, найти нужные слова, чтобы сказать ему об этом, - вот что необходимо для приятного продуктивного общения. Давайте попробуем проверить, насколько мы доброжелательны, умеем ли видеть хорошее в других и говорить об этом».

Участникам предлагается сесть в круг. Каждый должен внимательно посмотреть на сидящего слева и подумать, какая черта характера, какая привычка этого человека ему больше всего нравится, и хочет сказать об этом, т.е. сделать комплимент. Тот, кому сделали комплимент, должен, как минимум, поблагодарить, а затем, установив контакт с партнером слева от него, сделать свой комплимент, так по кругу до тех пор, пока все участники не скажут комплимент своему соседу.

7. Ритуал прощания

