

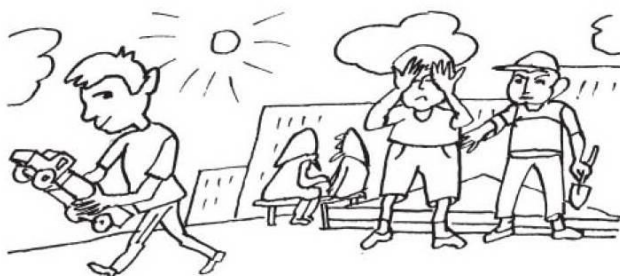


**Фонд поддержки детей, находящихся в трудной
жизненной ситуации**

Департамент образования и науки Курганской области

**Государственное бюджетное учреждение
«Центр помощи детям»**

**Методические рекомендации
«Организация психолого-педагогического
сопровождения подростков, состоящих на
разных видах учета»**



г. Курган, 2020 год

Организация психолого-педагогического сопровождения подростков, состоящих на разных видах учета: методические рекомендации для педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов образовательных организаций / Сост. Е.А. Быкова, С.В. Истомина; ГБУ «Центр помощи детям». - Курган, 2020.- 156 с.

Составители:

Быкова Е.А., канд. психол. наук, педагог-психолог ГБУ «Центр помощи детям»

Истомина С.В., канд. психол. наук, педагог-психолог ГБУ «Центр помощи детям»

Методическое пособие содержит теоретические и методические материалы для педагогов-психологов, социальных педагогов, педагогов общеобразовательных организаций по вопросам психолого-педагогического сопровождения подростков с разными формами девиантного поведения

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
1. Понятие «девиантное поведение», факторы возникновения, его виды и формы	6
2. Психолого-педагогическое сопровождение подростков, состоящих на разных видах учета	19
2.1. Диагностическое направление	23
2.2. Профилактическое направление	26
2.3. Консультативное направление	31
2.4. Просветительское направление	33
2.5. Коррекционно-развивающее направление	34
3. Работа с семьями обучающихся с девиантным поведением	44
Заключение	47
Список литературных источников	48
Приложение 1. Психодиагностический инструментарий	51
Приложение 2. Материалы планирования психолого-педагогического сопровождения подростков, состоящих на разных видах учета	87
Приложение 3. Тренинг резистентности	98
Приложение 4. Классный час «Обижая других, мы не становимся счастливее...»	138
Приложение 5. Занятия для участников подросткового психологического клуба	141

Введение

Возрастающее многообразие форм девиантного поведения среди несовершеннолетних, ослабление влияния общественных отношений, образовательных организаций, семьи на это ставят задачу реализации мер по профилактике и коррекции данных тенденций.

Девиантные проявления подростков не являются порождением сегодняшнего дня, однако их изучение и исправление становится особенно актуальным в настоящее время. Причины отклонений в поведении ребенка возникают как результат трудности в приспособлении к изменяющимся условиям его жизнедеятельности, неблагоприятных семейных отношений, отсутствия контроля из-за чрезмерной занятости родителей и мн.др.

Подростковый возраст является одним из самых сложных периодов в онтогенезе человека. В этот период происходит не только перестройка ранее сложившихся психологических структур, но возникают новые образования, закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок. В настоящее время именно в подростковом возрасте наблюдается относительный пик этих расстройств, определяемый психологическими особенностями подростка (возникшее противоречие потребностью проявить самостоятельность и реальными возможностями ее осуществления выступает в качестве своеобразного конфликтообразующего фактора), поведением субъективной ценности нравственного здоровья.

Трудности, которые испытывают подростки, обусловлены в том числе и его характерологическими особенностями. Заострение черт характера являются тем

фоном, на котором быстрыми темпами продолжают распространяться табакокурение, употребление психоактивных веществ, нарушения норм морали и законодательства РФ.

Несовершеннолетние, имеющие девиантные формы поведения, не умеют самостоятельно регулировать свою жизнедеятельность и организовать своё время, у них не развито смыслообразование и целеполагание, не сформировано ценностное отношение ко времени. С учетом индивидуальных особенностей, а также склонностей и негативного социального опыта, повышается риск возникновения более сложного и социально опасного вида девиантного поведения – делинквентности.

Для эффективной работы в плане предупреждения и коррекции девиантных форм поведения обучающихся нужно знать специфику данного явления, причины появления, оптимальные методы, средства и техники психолого-педагогического сопровождения обучающихся данной категории. Особое внимание уделить профилактической работе с подростками. При этом специалисту, работающим с «трудными» подростками, необходимо владеть психодиагностическим инструментарием, который целесообразно использовать с целью изучения личностных особенностей несовершеннолетних, чтобы понять возможные причины отклонений в их поведении, наметить пути коррекционно-развивающей и воспитательной работы.

1. Понятие «девиантное поведение», факторы возникновения, его виды и формы

Девиантное (отклоняющееся) поведение - устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности, а также сопровождающееся ее социальной дезадаптацией.

Основными специфическими признаками девиантного поведения являются:

- стойкость поведения (многократное или длительное);

- проявления дезадаптации (социальные и индивидуальные);

- поведение не соответствует общепринятым или официально установленным социальным нормам;

- девиантное поведение и личность, его проявляющая, вызывают негативную оценку со стороны других людей;

- данное поведение наносит реальный ущерб самой личности или окружающим людям (разрушительное). Психологическим маркером ущерба является страдание, переживаемое самим человеком или окружающими людьми;

- поведение рассматривается в пределах медицинской нормы. Оно не должно отождествляться с психическими заболеваниями или патологическими состояниями, хотя и может сочетаться с последними. Личность с отклоняющимся поведением может занимать любое место на психопатологической оси «здоровье — предболезнь — болезнь».

Человека с отклоняющимся поведением характеризуют:

- духовные проблемы: отсутствие или утрата смысла жизни, несформированные нравственные ценности, редуцированные высшие чувства (совесть, ответственность, честность), внутренняя пустота, блокировка самореализации;

- деформации в ценностно-мотивационной системе личности: девиантные ценности, ситуативно-эгоцентрическая ориентация, фрустрированность потребностей, внутренние конфликты, малопродуктивные механизмы психологической защиты;

- эмоциональные проблемы (тревога, депрессия, негативные эмоции, трудности понимания и выражения эмоций);

- проблемы саморегуляции: нарушение способности ставить цели и добиваться их достижения; неадекватная самооценка, чрезмерный или недостаточный самоконтроль, низкая рефлексия, малопродуктивные механизмы выхода из стресса, низкие адаптивные возможности, дефицит позитивных ресурсов личности;

- когнитивные искажения: дисфункциональные мысли, стереотипы мышления, ограниченные знания, мифы, предрассудки, неадекватные установки;

- негативный жизненный опыт: отрицательные привычки и навыки, девиантный опыт, ригидные поведенческие стереотипы, психические травмы, опыт насилия.

Группы факторов, детерминирующих отклоняющееся поведение личности:

– внешние условия физической среды;

– внешние социальные условия;

– внутренние наследственно-биологические и конституциональные предпосылки;

– внутриличностные причины и механизмы отклоняющегося поведения.

К внешним физическим условиям можно отнести такие факторы, как:

– климатический (климат);
– геофизический (определенный территориальный ландшафт);

– экологический (разнообразие рельефа, растительного и животного мира, природные ресурсы, экологическая обстановка) и др.

Например, такие явления, как шум, теснота, геомагнитные колебания, потенцируя стресс, могут стать неспецифическими причинами агрессивного и другого нежелательного поведения.

Внешние социальные условия:

- общественные процессы (социально-экономическая ситуация, государственная политика, традиции, мода, средства массовой информации и др.);

- характеристики социальных групп, в которые включена личность (расовая и классовая принадлежность, этнические установки, субкультура, социальный статус, принадлежность к учебно-профессиональной группе, референтная группа);

- микросоциальная среда (уровень и стиль жизни семьи, психологический климат в семье, личности родителей, характер взаимоотношений в семье, стиль семейного воспитания, друзья, другие значимые люди).

Внутренние врожденные условия (наследственно-биологические и конституциональные предпосылки поведенческих девиаций) определяют силу и характер реакций на любые средовые воздействия:

– последствия патологии беременности, родовой травмы;

- повреждения головного мозга;
- хронические заболевания;
- индивидуальное своеобразие процесса онтогенеза (в том числе темпы созревания/старения);
- влияние гормонов;
- гендерные и возрастные особенности;
- генетические особенности;
- темперамент;
- способности;
- характер.

Наряду с рассмотренными объективными социальными факторами действуют и так называемые **субъективные причины девиантного поведения**. *Внутренние приобретенные условия* (внутриличностные причины и психологические механизмы отклоняющегося поведения) являются одним из самых существенных факторов, оказывающим влияние на склонность индивида к выбору девиантных форм поведения:

- низкий уровень рефлексии;
- проблемы саморегуляции эмоционального состояния, поведения;
- деформации в ценностно-мотивационной системе личности;
- когнитивные искажения (разрушительные мысли, неадекватные, негативные установки);
- негативный жизненный опыт (отсутствие ситуации успеха, девиантный опыт, психологические травмы);
- отсутствие или утрата смысла жизни (блокировка процесса самореализации);

– нарушенное физическое здоровье (отсутствие осознания собственной телесности, как свойства личности);

– проблемы полоролевых взаимоотношений (искажение роли «отца», «матери», «мужа», «жены»).

В целом отклоняющееся поведение личности является результатом сложного взаимодействия социальных и биологических факторов, действие которых, в свою очередь, преломляется через систему отношений личности.

Выделяются три **основные группы отклоняющегося поведения**: антисоциальное (делинквентное) поведение, асоциальное (аморальное) поведение, аутодеструктивное (саморазрушительное) поведение.

1. *Антисоциальное (делинквентное) поведение* – это поведение, противоречащее правовым нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей. Оно включает любые действия или бездействия, запрещенные законодательством.

У взрослых людей (старше 18 лет) делинквентное поведение проявляется преимущественно в форме правонарушений, влекущих за собой уголовную или гражданскую ответственность и соответствующее наказание. У подростков (от 13 лет) преобладают следующие виды делинквентного поведения: хулиганство, кражи, грабежи, вандализм, физическое насилие, торговля наркотиками. В детском возрасте (от 5 до 12 лет) наиболее распространены такие формы, как насилие по отношению к младшим детям или сверстникам, жестокое обращение с животными, воровство, мелкое хулиганство, разрушение имущества, поджоги.

2. *Асоциальное поведение* – это поведение, уклоняющееся от выполнения морально-нравственных норм, непосредственно угрожающее благополучию межличностных отношений. Оно может проявляться как агрессивное поведение, сексуальные девиации (беспорядочные половые связи, проституция, соращение, вуайеризм, эксгибиционизм и др.), вовлеченность в азартные игры на деньги, бродяжничество, иждивенчество.

В подростковом возрасте наиболее распространены уходы из дома, бродяжничество, школьные прогулы или отказ от обучения, ложь, агрессивное поведение, промискуитет (беспорядочные половые связи), граффити (настенные рисунки и надписи непристойного характера), субкультуральные девиации (сленг, шрамирование, татуировки). У детей чаще встречаются побеги из дома, бродяжничество, школьные прогулы, агрессивное поведение, злословие, ложь, воровство, вымогательство (попрошайничество).

3. *Аутодеструктивное (саморазрушительное поведение)* – это поведение, отклоняющееся от медицинских и психологических норм, угрожающее целостности и развитию самой личности. Саморазрушительное поведение в современном мире выступает в следующих основных формах: пищевая зависимость, химическая зависимость (злоупотребление психоактивными веществами), фанатическое поведение (например, вовлеченность в деструктивно-религиозный культ), аутическое поведение, виктимное поведение (поведение жертвы), деятельность с выраженным риском для жизни (экстремальные виды спорта, существенное превышение скорости при езде на автомобиле и др.), суицидальное поведение.

Спецификой аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте является его опосредованность

групповыми ценностями. Группа, в которую включен подросток, может порождать следующие формы аутодеструкции: наркозависимое поведение, самопорезы, компьютерную зависимость, пищевые аддикции, реже – суицидальное поведение.

По направленности и степени выраженности деструктивности можно представить *следующую шкалу отклоняющегося поведения*: антисоциальное (активно-деструктивное) – просоциальное (относительно-деструктивное, адаптированное к нормам антисоциальной группы) – асоциальное (пассивно-деструктивное) – саморазрушительное (пассивноаутодеструктивное) – самоубивающее (активно-аутодеструктивное).

А.Ф. Никитин предлагает следующую классификацию ***видов отклоняющегося поведения***:

1. Особенности взаимоотношений и общения с педагогами: трудные дети, трудновоспитуемые дети, неуправляемые дети, дезорганизаторы.

2. Образ жизни детей, семьи, социально – бытовые условия: безнадзорные, беспризорные, социально запущенные.

3. Специфика педагогических ошибок и недостатков воспитания: педагогически запущенные.

4. Уровень развития нравственных качеств (отклонения в нравственном развитии): ленивые, недисциплинированные, лживые.

5. Нарушения правовых норм (группы несовершеннолетних правонарушителей).

А.Л. Гройсман и В.Ф. Матвеева выделяют ***разновидности отклоняющегося поведения подростков***: навязчивые страхи; двигательная расторможенность; побеги из дома и бродяжничество; расстройство аппетита; патологические фантазии; патологические хобби-реакции;

страх своей физической неполноценности (дисморфобия).

Основные формы отклоняющегося поведения, встречающиеся в подростковом возрасте

Пьянство и алкоголизм (формы аддиктивного поведения). Девиантное поведение в виде употребления и злоупотребления веществами, вызывающими состояния измененной психической деятельности, психическую и физическую зависимость от них, является одной из самых распространенных форм отклоняющегося поведения.

В подростковом возрасте сформировавшийся хронический алкоголизм встречается редко, а наиболее актуальной проблемой является ранняя алкоголизация. А.Е. Личко разграничивает понятие ранней алкоголизации как одного из проявлений девиантного поведения у подростков и хронического алкоголизма как болезни. К ранней алкоголизации относится употребление опьяняющих доз алкоголя до 16 лет и более или менее регулярное его употребление в старшем подростковом возрасте. В этом случае речь идет не о раннем алкоголизме, а о том, что называется «бытовым пьянством». Ранняя алкоголизация возникает чаще всего как следствие делинквентности. Первоначально мотивами употребления спиртного являются нежелание отстать от товарищей, любопытство, по-своему понимаемый путь к взрослости. Если же при повторных выпивках появляется новый мотив — желание испытать веселое настроение, чувство расторможенности, комфорта, то алкоголизация становится формой токсикоманического поведения.

Наркомании и токсикомании (формы аддиктивного поведения). Общее название болезней, проявляющихся тенденцией к постоянному приему в возрастающих количествах наркотических лекарственных средств и

наркотических веществ вследствие стойкой психической и физической зависимости от них с развитием абстиненции при прекращении их приема. В процессе болезни происходят глубокие изменения личности заболевшего, наблюдаются разнообразные расстройства психической деятельности вплоть до слабоумия, нарушаются функции внутренних органов и нервной системы; следствием измененной психики может стать и нанесение в той или иной форме вреда обществу.

Агрессивное поведение — адресованное другому человеку, группе лиц или собственной личности поведение, характеризующееся инициативностью и целенаправленностью. Целью агрессии является причинение вреда, нанесение ущерба, а специфическим способом достижения цели — применение силы или угроза ее применения.

Выделяются три группы причин, влияющих на агрессию: биологические, социальные и психологические. К биологическим факторам наиболее часто относят наследственность, отягощенную психическими заболеваниями, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков и психотропных препаратов, наличие в анамнезе тяжелых или повторных черепно-мозговых травм, а также инфекций, интоксикаций. В качестве социальных факторов выступают полученное образование, наличие и характер выполняемой работы, семейное положение, общение в асоциальных группах и другие. Среди психологических характеристик, связанных с агрессивностью как свойством личности, рассматриваются: выраженность в структуре личности черт эгоцентризма, эмоциональной неустойчивости, импульсивности, тревожности, а также склонность к дисфориям, к эмоциям ярости и гнева. Могут иметь значение особенности самооценки, локуса контроля.

Суицидальное поведение. Суицидальные мысли появляются, прежде всего, в результате разрыва интерперсональных связей личности, отчуждения индивида от той социальной группы, к которой он принадлежит. Суициды условно подразделяются на истинные, когда в качестве цели выступает желание человека лишить себя жизни, и демонстративно-шантажные, которые применяются для оказания давления на окружающих, извлечения каких-либо выгод, манипулирования чувствами других людей. Демонстративно-шантажное поведение своей целью предполагает не лишение себя жизни, а демонстрацию этого настроения.

Сексуальные девиации — любое количественное или качественное отклонение от сексуальной нормы; при этом в понятие нормы включается поведение, соответствующее возрастным и полоролевым онтогенетическим закономерностям данной популяции, осуществляемое в результате свободного выбора и не ограничивающее в свободном выборе партнера.

Ранняя половая жизнь расценивается как патологическая сексуальная девиация, только если начинается до того, как наступило достаточное физическое развитие. Часто она встречается при гипертимной акцентуации. Неустойчивые подростки легко обогащаются сексуальным опытом в асоциальных компаниях, хотя само влечение у них не отличается силой. Подростковый промискуитет, то есть частые половые сношения с непрерывной сменой партнеров, нередко сочетаются с ранней алкоголизацией, особенно у девочек.

Как показали исследования, если в подростковом возрасте, особенно у девочек, наблюдался промискуитет, то в дальнейшем, при взрослении, у многих может сохраняться потребность в постоянной смене сексуальных

партнеров; при этом обнаруживается неспособность удовлетвориться постоянной связью, что мешает созданию прочной семьи.

Делинквентное поведение противоречит правовым нормам, угрожает социальному порядку и благополучию окружающих людей. Оно включает в себя действия и бездействия, запрещенные законодательством: воровство, вандализм, физическое насилие, торговля наркотиками, жестокое обращение с животными, поджоги.

Чем тяжелее делинквентное поведение подростка, тем вероятнее, что он будет продолжать его и взрослым. В ряде исследований отмечается, что для подростков-правонарушителей характерен низкий уровень развития познавательных и общественных интересов. На формирование идеалов такого подростка чрезмерное влияние оказывают сверстники, особенно старшие по возрасту, имеющие опыт антисоциального поведения. У большинства таких подростков в структуре личности доминируют отрицательные качества: лень, безволие, безответственность, конформизм, нечуткость, агрессивность и т.п.

Социальная среда предоставляет широкий выбор агрессивных и противоправных моделей поведения. Как большинство социальных навыков усвоение преступной модели поведения происходит в наблюдении за действиями окружающих и фиксации последствий этих действий.

Интернет-зависимость и увлеченность азартными играми. Интенсивное использование Интернета ведет к сужению социальных связей, вплоть до одиночества, к сокращению внутрисемейного общения, развитию депрессивных состояний.

Основные разновидности деятельности, осуществляемой посредством Интернета, а именно,

общение: познание и игра (развлечение) — обладают свойством захватывать человека целиком, не оставляя ему иной раз ни времени, ни сил на другие виды деятельности. В связи с этим в настоящее время интенсивно обсуждается феномен «зависимости от Интернета», или «Интернет-аддикции». По мнению ученых (К. Янг и др.), зависимым можно считать человека, который в своих виртуальных путешествиях забывает о времени, ест перед монитором, а не за столом, а на обращение к нему практически не реагирует. Подросток испытывает непреодолимое желание как можно дольше находиться в виртуальной реальности, забывая обо всем. На тяжелых стадиях сетемания легко узнать по воспаленным покрасневшим глазам, высокой степени нервного и физического истощения, слезоточивости, зеванию.

Западные ученые выделяют также другой вид психосоматического расстройства, который по симптоматике схож с сетеманией, но вызывает еще и нервное и физическое возбуждение - «игромания», а ее жертвами, в основном, становятся подростки. Увлеченность азартными играми называется *гемблингом*. Выделяются следующие признаки, характерные для гемблинга как разновидности аддиктивного типа девиантного поведения:

- постоянная вовлеченность, увеличение времени, проводимого в ситуации игры.;

- вытеснение прежних интересов, постоянными мыслями об игре, преобладание в воображении ситуаций, связанных с игровыми комбинациями;

- потеря контроля (неспособность вовремя прекратить игру как после большого выигрыша, так и после постоянных проигрышей);

- состояние дискомфорта вне игровой ситуации, раздражительность, беспокойство;
- увеличение частоты участия в игре и стремление ко все более высокому риску;
- нарастание снижения способности сопротивлений соблазну (снижение игровой толерантности) возобновить игру.

Таким образом, на формирование отклоняющегося поведения подростков оказывают влияние различные факторы, определяющие специфику протекания данных поведенческих тенденций.

2. Психолого-педагогическое сопровождение подростков, **с**остоящих на разных видах учета

Категории детей, состоящих на разных видах учета, определены Федеральным законом №120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (от 24.06.1999 г. с измен. и дополн.).

Профилактическая работа *комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав* проводится в отношении следующих категорий детей:

1. безнадзорные или беспризорные;
2. занимающиеся бродяжничеством или попрошайничеством;
3. содержащиеся в социально - реабилитационных центрах для несовершеннолетних, социальных приютах, центрах помощи детям, оставшимся без попечения родителей, специальных учебно-воспитательных и других учреждениях для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной помощи и (или) реабилитации;
4. употребляющие наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача либо употребляющие одурманивающие вещества, алкогольную и спиртосодержащую продукцию, пиво и напитки, изготавливаемые на его основе;
5. совершившие правонарушения, повлекшее применение меры административного взыскания;
6. совершившие правонарушение до достижения возраста, с которого наступает административная ответственность;
7. освобожденные от уголовной ответственности вследствие акта об амнистии или в связи с изменением обстановки, а также в случаях, когда признано,

что исправление несовершеннолетнего может быть достигнуто путем применения принудительных мер воспитательного воздействия;

8. совершившие общественно опасное деяние и не подлежащие уголовной ответственности в связи с не достижением возраста, с которого наступает уголовная ответственность, или вследствие отставания в психическом развитии, не связанного с психическим расстройством;

9. обвиняемые или подозреваемые в совершении преступлений, в отношении которых избраны меры пресечения, предусмотренные Уголовно-процессуальным кодексом РФ;

10. условно-досрочно освобожденные от отбывания наказания, освобожденные от наказания вследствие акта об амнистии или в связи с помилованием; с отсрочкой отбывания наказания или отсрочкой исполнения приговора;

11. освобожденные из учреждений уголовно-исполнительной системы, вернувшиеся из специальных учебно-воспитательных учреждений закрытого типа, если они в период пребывания в указанных учреждениях допускали нарушения режима, совершали противоправные деяния и (или) после освобождения (выпуска) находятся в социально опасном положении и (или) нуждаются в социальной помощи и (или) реабилитации;

12. осужденные за совершение преступления небольшой или средней тяжести и освобожденные судом от наказания с применением принудительных мер воспитательного воздействия;

13. осужденные условно, осужденные к обязательным работам, исправительным работам или иным мерам наказания, не связанным с лишением свободы.

Подразделения по делам несовершеннолетних органов внутренних дел проводят работу в отношении:

- категории 4-13 предыдущего перечня;
- отбывающих наказание в виде лишения свободы в воспитательных колониях;
- которым предоставлена отсрочка отбывания наказания или отсрочка исполнения приговора;

Категории несовершеннолетних обучающихся в целях постановки *на внутришкольный профилактический учет и проведения индивидуальной профилактической работы определяются соответствующим распоряжением руководства образовательной организации:*

- категории 2, 4-13 предыдущего перечня;
- не посещающие учебные занятия;
- систематически пропускающие учебные занятия без уважительной причины;
- систематически нарушающие дисциплину, устав и Правила внутреннего распорядка обучающихся, иные локальные нормативные акты Учреждения;
- неуспевающие и не сдавшие по неуважительным причинам академические задолженности;
- участвующие в деятельности неформальных объединений и организаций антиобщественной направленности;
- состоящие на учете в комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав.

В связи с тем, что эффективность работы с подростками, находящимися на учете, будет высокой только при комплексности мер, то целесообразно ***психолого-педагогическое сопровождение***, включающее такие направления работы как *диагностика, просвещение, профилактика, консультирование, коррекционно-развивающая работы*.

При проведении психологического воздействия как индивидуального, так и группового, специалист должен

строго придерживаться следующих правил: быть эмпатичным; демонстрировать искренний интерес к личности подростка; уважительно относиться к его индивидуальному жизненному опыту; использовать «Я - сообщения» (а не «Вы-сообщения»); не поучать, а информировать с целью расширения интерпретации поведения субъекта с позиций других участников событий; строить личные отношения с девиантом для того, чтобы тот научился видеть в психологе человека, стремящегося ему помочь, а не наказать или осудить.

Работа с любым видом девиантного поведения должна строиться по определенному алгоритму:

- 1) определить вид девиантного поведения;
- 2) распознать факторы, провоцирующие у девианта данный тип реагирования;
- 3) выявить цель (что именно субъект хочет достичь при помощи данного поведения);
- 4) выявить, идентифицировать, раскрыть суть дисфункциональной системы убеждений;
- 5) выяснить: «Действительно ли «Это» надо? Может, на самом деле надо нечто иное?»;
- 6) определить, как можно этого достичь иначе (другим, социально одобряемым и более приятным для данного индивида способом);
- 7) отработать данные виды поведенческих реакций.

При всех видах психологического воздействия (индивидуальная работа, групповая), а также для каждого отдельного вида девиаций используются специальные методы и приемы.

К мерам собственно психологического воздействия в целях коррекции поведенческих отклонений относят:

- 1) индивидуальную психотерапию и психокоррекцию;

2) групповые тренинги в специально созданной молодежной группе, которая может быть подобрана по одному из критериев: возраст, однородность изначальной проблемы, спровоцировавшей появление данной девиации, вид девиации;

3) работу с семьей.

Наиболее перспективным для достижения положительного результата является сочетание всех трех методов. При особо тяжелых видах девиаций (алкоголизм, наркомания) возможно и необходимо прибегать к таким видам воздействия как контролирование, изоляция, медикаментозное лечение. Однако, прежде всего, перед началом применения психологических мер воздействия необходимо провести тщательную психологическую диагностику.

2.1. Диагностическое направление

Цели психологической диагностики:

1) постановка психологического диагноза;

2) в случае выявления наличия девиации, структуру и причины возникновения данного дефекта.

К основным параметрам, на которых необходимо акцентировать внимание при проведении оценки девиантного поведения, относят:

— соответствие поведения возрастным гендерным нормам;

— стойкость отклонения (как давно началось?);

— продолжительность во времени (как долго происходит разовая демонстрация?);

— периодичность (как часто повторяется?);

— условия возникновения (какие условия являются провоцирующими появления данного поведения?);

— симптомы (в чем именно заключается данная девиация?).

Кроме того, необходимо учитывать специфику личности девианта: специфику характера; особенности эмоционально-волевой сферы; уровень развития интеллекта; уровень самооценки; подверженность влиянию извне (самостоятельность мышления); развитость рефлексии и ее характер (конструктивно -невротическая).

Важным моментом для понимания сущности девиации данного индивидуума специалисту необходимо также выяснить специфику социальной ситуации его развития: структура семьи; социальный статус семьи; взаимоотношения внутри семьи; место данного субъекта в группе сверстников (лидер, отверженный, «козел отпущения» и т. д.).

Косвенным подтверждением склонности к отклоняющемуся поведению у конкретного субъекта будет наличие у него следующих поведенческих стереотипов:

— нарушение правил поведения в учебном заведении или на рабочем месте (регулярные опоздания на занятия, прогулы, отказ от выполнения заданий, пререкания с вышестоящими (руководителями, преподавателями, родителями));

— грубость, сквернословие;

— курение, употребление алкоголя, пьянство;

— унижение других;

— неподчинение взрослым и их критика;

— «вызывающий» внешний вид (одежда, прически, украшения));

— лживость;

— агрессивность (вербальная и поведенческая (драки));

—раннее начало половой жизни и (или) беспорядочные половые связи.

Диагностические методики

I. направленные на изучение девиантного поведения подростков:

1. Карта наблюдений за проявлениями девиантного поведения подростков (Н.В. Майсак).

2. Методика определения склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел).

3. Методика «Склонность к девиантному поведению» (Р.В. Овчарова).

4. Личностный опросник «ОТКЛЭ» (Н.И. Рейнвальд).

5. Диагностический опросник для выявления склонности к различным формам девиантного поведения для учащихся общеобразовательных учреждений «ДАП-П» (кафедра психиатрии ВМедА, СПб).

6. Тест «Склонность к девиантному поведению» (Э.В. Леус, А.Г. Соловьев).

7. Единая методика социально-психологического тестирования (ЕМ СПТ).

II. направленные на изучение агрессивности подростков:

1. Опросник агрессивности Басса – Дарки.

2. Методика диагностики агрессивности Ассингера.

3. Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е. П. Ильин, П. А. Ковалев).

4. «Hand test» Вагнера.

5. Проективная методика «Несуществующее животное» (М.З. Друкаревич).

6. «Дом. Дерево. Человек» Дж. Бука.

7. Тест фрустрационных реакций Розенцвейга.

III. направленные на изучение зависимого поведения подростков:

1. Тест – опросник «Аддиктивная склонность» (В.В. Юсупов, В.А. Корзунин).

2. Тест «Склонность к зависимому поведению (В. Д. Менделевич).

3. Тест для определения степени никотиновой зависимости для курящих Фагерстрема.

4. Опросник-анкета для раннего выявления родителями наркотической зависимости у подростков (В.Ю. Завьялов)

5. Опросник для выявления ранних признаков алкоголизма (К.К. Яхин, В. Д. Менделевич).

2.2. Профилактическое направление

В содержание профилактики девиантного поведения находят отражение 2 тенденции:

1. В зависимости от факторов в различные временные периоды наблюдается рост тех или иных видов девиантного поведения.

2. У конкретного ребёнка девиация только одного вида практически не наблюдается. Например, употребление алкоголя может сопровождаться хулиганскими действиями, курением, пропуском учебных занятий, агрессивным поведением и т.д.).

Следовательно профилактический процесс может быть организован как единая система, решающая задачи общепрофилактической работы:

1. Формулирование собственной позиции: дети должны чувствовать, что могут сами сделать правильный для себя выбор, что им доверяют.

2. Создание ситуаций, способствующих овладению определёнными поведенческими навыками, облегчающими следование здоровому образу жизни.

3. Формирование рефлексивной позиции на основе создания поля его самореализации как личности и индивидуальности, которая будет способствовать тому, что ребёнок самостоятельно сможет найти свою социальную нишу, дать оценки свои действиям, поступкам, задуматься о последствиях, к которым они могут привести, и над тем, как эти последствия смогут повлиять на его судьбу.

Исходя из этих задач, М.А. Ковальчук предлагает включать в профилактическую работу 3 компонента:

1. *Образовательный компонент*

- *специфический* – иметь представление о последствиях, к которым приводят те или иные девиантные отклонения в поведении и как они могут повлиять на жизнь и судьбу человека. Цель – научить подростка понимать и осознавать, что происходит с человеком при тех или иных способах девиантного реагирования на возникающие проблемные ситуации.

- *неспецифический* – знания о себе, понимание своих чувств, эмоций, возможных способах работы с ними, забота о себе. Цель: формирование развитой концепции самосознания у подростка.

2. *Психологический компонент* – коррекция определённых психологических особенностей личности, способствующих проявлению девиантных отклонений в поведении, создание благоприятного доверительного климата в коллективе, психологическая адаптация детей группы риска и др. Работа с чувствами вины, страха, неуверенности в себе, проблемами ответственности, принятия решений. Цель: психологическая поддержка ребёнка, формирование адекватной самооценки, навыков

принятия решений, умения сказать «нет», постоять за себя и нести ответственность за себя, свои дела и выбор.

3. *Социальный компонент* – помощь в социальной адаптации ребёнка к условиям окружающего социума, овладение навыками общения, здорового образа жизни. Цель: формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни и комфортного существования в окружающей социальной действительности.

Важным профилактическим средством девиантного поведения являются физическая культура и спорт, досуговая и трудовая деятельность. Эффективен профилактический подход с целевой установкой на утверждение альтернативной девиантному поведению деятельности.

Исходя из вышеизложенного, можно выделить основные виды профилактической работы:

1. *организация социальной среды*. Воздействуя на социальные факторы, например, используя социальную рекламу по формированию установок на здоровый образ жизни и трезвость, можно предотвратить нежелательное поведение личности. Объектом работы может быть семья, социальная группа, школа, класс или конкретная личность.

2. *информирование*. Суть подхода – формирование и развитие способности личности к принятию конструктивных решений. Данное направление профилактической работы реализуется в формате лекций с использованием видеоматериалов, распространения специальной литературы, буклетов, бесед (диспутов, круглых столов).

3. *использование методов активного социально-психологического обучения*, например, в формате групповых тренингов:

– Тренинг устойчивости к негативному социальному влиянию, цель которого изменение установки на отклоняющееся поведение, формирование навыков распознавания рекламных стратегий, развитие способности говорить "нет" в случае давления;

– Тренинг развития эмоционального интеллекта. В основе подхода лежит представление о том, что отклоняющееся поведения связано с эмоциональными нарушениями (не умение распознавать эмоции и выражать их социально приемлемыми способами). В ходе групповой взаимодействия осуществляется развитие навыков эмоционального интеллекта, формируются навыки принятия решения, ведется работа по повышению самооценки, стимулируются процессы самоопределения и развития позитивных ценностей.

– Тренинг жизненных навыков. Под жизненными навыками понимаются важные социальные умения личности: умение общаться, поддерживать дружеские связи и конструктивно разрешать конфликты.

4. *организация деятельности альтернативной девиантному поведению.*

5. *организация здорового образа жизни.*

6. *активизация личностных ресурсов.* Активное занятие спортом, творческое самовыражение, участие в группах общения и личностного роста обеспечивают активность личности, ее здоровье и устойчивость к негативному внешнему воздействию.

7. В случаях уже сформированного отклоняющегося поведения ведется *работа по уменьшению негативных последствий девиантного поведения.* Ее цель - профилактика рецидивов или их последствий.

Профилактическая программа может включать следующие разделы: информационный; когнитивный;

развитие личностных ресурсов; развитие стратегий высокофункционального поведения.

Перспективное планирование профилактической программы

Задачи профилактической работы	Мероприятия	Необходимые ресурсы	Возможные затруднения	Способы решения поставленных задач	Дата

Критериями оценки эффективности программы могут быть: *количественные* (количество детей, состоящих на учётах различного уровня); *качественные* (уровень способности к эмпатии у обучающихся; развитое понимание себя; высокая устойчивость к разочарованиям; умение справляться со стрессом и отстаивать свою позицию; позитивный образ себя и окружающего мира).

Эффективная профилактическая программа имеет следующие характеристики:

1. Она основана на тщательном планировании и подготовке. В учебном заведении создаётся ежегодный календарный план профилактической работы, где подробно описываются все элементы, из которых состоит деятельность по профилактике.

2. В программе имеется описание задач, которые отвечают нуждам и потребностям конкретной целевой группы.

3. Она состоит из нескольких видов деятельности (информирование, образование, развитие способностей и навыков, обучение сотрудников) и является частью областной или национальной программы.

4. В ходе её реализации предусматриваются рабочие связи и обмен опытом с другими учебными заведениями.

5. Профилактическая программа является составной частью учебно-воспитательного процесса.

6. Она обучает детей поиску альтернатив девиантному поведению, предлагает подобные альтернативы.

2.3. Консультативное направление

Запрос на индивидуальную консультативную помощь психолога может быть сформулирован как со стороны семьи (родители, ближайшие родственники), так и со стороны самого ребенка. В данном случае работа с таким запросом рассматривается как консультативное сопровождение индивидуального случая. Важно при организации консультационного процесса с подростком по запросу взрослого включать работу по формированию мотивации на работу с психологом у самого обучающегося.

Рекомендуется на начальных этапах консультирования исследовать текущую жизнь учащегося, что дает возможность получить объективные данные и вовлечь подростка в разговор. Например, прояснение вопроса о посещаемости учебного заведения консультируемого и его успеваемости дает представление о наличии определенных социально-психологических навыков у учащегося, соответствующих возрасту, об уровне развития социальной компетентности и ориентации на достижения. Социальная компетентность (коммуникативные навыки, самоконтроль, умение расслабляться, отдыхать и разрешать проблемы)

определяет способность подростка адекватно общаться как с ровесниками, так и со взрослыми.

Школьная дезадаптация (несостоятельность) способствует появлению эмоциональных и поведенческих расстройств. Пробелы в школьном образовании дают возможность вскрыть и семейный контекст: какие установки у родителей (законных представителей) на школьные достижения и поведение; разделяют ли родители ответственность за проблемы своего ребенка или во всем обвиняют школу; хвалят ли родители за школьные достижения ребенка или «учатся за него».

Другими подкрепляющими или ослабляющими девиантное поведение условиями являются отношения учителей с конкретным учеником: знают ли они его особенности; есть ли контакт у родителей с учителями, или они находятся в конфронтации.

Также серьезный предиктор эмоциональных и поведенческих расстройств у подростков - отношения с ровесниками. Специалисту следует расспросить, кто является близким приятелем данного подростка; чем они вместе занимаются; как подросток себя чувствует в неформальной группе. Предпочтение такой группы семье может навести на мысль о семейной дисфункции, а избегание социальных контактов — на тревожное расстройство личности или слабое развитие социальных и коммуникативных навыков.

Сбор информации позволяет решить несколько задач:

- получить диагностические данные;
- изучить общую картину проблемы;
- выяснить влияние на симптомы или поведение определенных событий и их последствий, микросоциального окружения на происхождение проблем;

- выполнить поиск личностных ресурсов консультируемого;
- выявить наиболее важных проблем, которые могли бы послужить ключом к последующей работе;
- организовать доступ к обсуждению дезадаптивных паттернов поведения учащегося;
- установить степень устойчивости к стрессу, выяснить способы совладения со стрессорами

2.4. Просветительское направление

Первый блок - *информационно-просветительская работа для родителей подростков с девиантным поведением*. Ее целью является предупреждение возможных нарушений в семейном воспитании, повышения коммуникативной компетентности во взаимодействии с подростками. В связи с этим родителей необходимо познакомить с теми формами семейного воспитания, которые могут приводить к негативным отклонениям в поведении подростков.

Задачи:

1. формирование готовности обсуждать с детьми все спорные и конфликтные ситуации;
2. повышение уровня коммуникативной компетентности родителей в отношении с подростками;
3. просвещение родителей в отношении стилей семейного воспитания.

Форма работы: лекции (примерная тематика лекций: «Стили семейного воспитания»; «Спорные и конфликтные ситуации с подростками»; «Коммуникативная компетентность родителей в общении с подростками»).

Второй блок - *информационно-просветительская работа с педагогами, работающими с подростками*.

Целью этой работы является информирование об индивидуально-психологических особенностях личности подростка с девиантным поведением, и повышения уровня эффективности приемов педагогического воздействия с этими детьми.

Задачи:

1. узнать каждого подростка, его индивидуально-психологические особенности и условия формирования;
2. при выборе приемов учебно-воспитательного воздействия на подростков учитывать их индивидуальные особенности;
3. информирование о стиле общения в педагогическом процессе.

Форма работы: лекции (примерная тематика: «Стили общения в педагогическом процессе», «Коммуникативная компетентность», «Выбор приема педагогического воздействия на подростка с учетом его индивидуально-психологических особенностей»).

Третий блок - *организация для подростков воспитательных часов, бесед, лекций*. Их целью является развитие навыков взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятие других.

Задачи:

1. помочь в осознании каждым ребенком особенностей своего взаимодействия с другими детьми;
2. развивать ответственность детей за свои поступки;
3. предоставлять возможности моделировать и опробовать новые формы поведения.

На третьем этапе проводятся следующие воспитательные часы и беседы: «Почему подросток совершает преступление?»; «Подростковая преступность»; «Бесконфликтное общение»; «Эти вредные конфликты»;

«Скажи наркотикам: «Нет!»; «О вреде курения»; «Здоровый образ жизни» и пр.

2.5. Коррекционно-развивающее направление

Коррекционно-развивающая деятельность в отношении девиантного поведения может быть направлена на развитие социальных навыков учащихся, формирование компетентности в сфере межличностного общения, профессиональное самоопределение, развитие социально-правовой компетентности учащихся.

Выделяются две формы проведения коррекционно-развивающих занятий - индивидуальную и групповую. Выбор формы работы зависит от возраста, особенностей психического и физического развития учащихся, а также выраженности аффективных проблем. Возможно сочетание форм коррекционной помощи, переход от индивидуальной к групповой работе в зависимости от динамики актуального состояния учащегося.

При выборе формы работы следует учитывать следующие рекомендации:

1. Проведение групповой психокоррекционной работы не рекомендуется в случае негативного отношения к данному виду работы ребенка (подростка) или его родителей, явного асоциального поведения ребенка (подростка), проявляющегося в немотивированной физической и вербальной агрессии, жестокости.

2. Групповая работа не проводится с детьми, находящимися в актуальном стрессовом состоянии, — депрессия, посттравматический стресс, фрустрация, эмоциональный шок. В этих случаях сначала проводится курс индивидуальной работы, а затем принимается решение о переходе к работе в группе в зависимости от

содержания и характера трудностей развития, динамики состояния ребенка.

3. Групповая коррекционно-развивающая работа показана при характерологических нарушениях, обуславливающих проблемы в межличностных отношениях. К данным нарушениям относятся: неадекватный уровень притязаний, эгоцентризм, неустойчивость самооценки, трудности в социальном взаимодействии.

К основным направлениям работы по коррекции девиантных форм поведения у несовершеннолетних относят следующие:

- стабилизация психоэмоционального состояния (обучение навыкам вербализации своих чувства, преодоления негативных эмоциональных состояний);

- обучение навыкам саморегуляции, изменение стереотипов эмоционального реагирования;

- развитие внутренних критериев самооценки и повышение уровня рефлексии (формирование позитивного самовосприятия и самоотношения);

- актуализация личностных ресурсов, реализация творческого потенциала;

- формирование коммуникативных умений и навыков; - формирование навыков совладающего и ассертивного поведения, формирование продуктивных копинг – стратегий.

При реализации коррекционно-развивающей работы продуктивны следующие психолого-педагогические технологии и методы работы с обучающимися:

- сказкотерапия: групповое сочинение историй, драматизация сказок, анализ сказок;

- арт-терапия: аппликация, лепка из глины, свободное и тематическое рисование, конструирование из

бумаги и картона, а также активно набирающие популярность антистресс-раскраски;

– визуализация: рисование в воображении себя идеального и реального;

– психогимнастика: этюды на выражение различных эмоций;

– игровые методы: сюжетно-ролевые и подвижные игры;

– моделирование и анализ проблемных ситуаций;

– этические беседы; – «скилл-терапия» (развитие саморегуляции и навыков самоконтроля);

– «шейпинг» (поэтапное моделирование сложного поведения, которое не было ранее свойственно обучающемуся);

– «гиперкоррекция» (сущность метода в том, чтобы обучающийся вначале восстановил разрушенный им порядок вещей, принес извинение в связи со своим девиантным поведением, а затем принял на себя дополнительные обязанности по сохранению социально приемлемого поведения);

– метод реконструкции характера обучающегося (переоценка отрицательных качеств, нетерпимое отношение к ним);

– методы перестройки мотивационной сферы и самосознания:

а) объективное переосмысление своих достоинств и недостатков;

б) переориентировка самосознания;

в) переубеждение;

г) прогнозирование отрицательного поведения;

– восстановление здорового образа жизни, при котором отрицательные качества, вредные привычки и отрицательные потребности оказываются неприемлемыми;

– разъяснение существующего законодательства Российской Федерации, прав и обязанностей обучающихся.

Таким образом, можно сделать вывод: чтобы психологическое воздействие имело положительный результат, оно должно быть:

— целенаправленным (быть направленным на искоренение причины поведенческого отклонения);

— последовательным (меры психологического воздействия должны быть согласованы между собой и быть дополняющими друг друга, а не дублирующими);

— активным (сочетать различные методы и приемы);

— гибким (меняться в зависимости от динамики психологического развития клиента);

— вариативным (способствовать выработке разнообразных поведенческих паттернов в одной ситуации);

— экологичным (учитывать как весь комплекс составляющих социальной ситуации индивида, так и возможные последствия его изменения).

При оказании психологической помощи подросткам с девиантным поведением рекомендуется использовать следующие способы (И. Кузнецова):

Информирование. Расширение (изменение, корректировка) информированности ребенка, повышение его психологической грамотности в области обсуждаемых вопросов за счет примеров из обыденной жизни, обращения к литературным источникам, к научным данным, к опыту других людей.

Метафора (метод аналогий). Суть метода заключается в использовании аналогий – образов, сказок, притч, случаев из жизни, пословиц, поговорок – для

иллюстрации актуальной ситуации (темы, вопросы). Метафора оказывает косвенное влияние на установки, стереотипы, мнения человека, позволяет взглянуть на ситуацию как бы со стороны. Благодаря этому снижается субъективная значимость проблемы, исчезает ложное ощущение ее уникальности. Кроме того, удается разрядить напряженную атмосферу консультирования.

Установление логических взаимосвязей. Психолог вместе с ребенком устанавливает последовательность событий, выявляет влияние внутренних (субъективных) факторов на происходящее и их взаимосвязь. Данный способ позволяет расширить и уточнить понимание проблемы.

Проведение логического обоснования. Данный способ позволяет отсортировать варианты решения актуальной жизненной задачи за счет логического анализа, показывающего последствия (эффективность) разных путей решения.

Самораскрытие. Психолог косвенно побуждает консультируемого «стать самим собой». Он делится собственным личным опытом, выражает терпимое отношение к различным высказываниям, чувствам ребенка.

Конкретное пожелание. Пожелание может содержать рекомендацию попробовать какой -либо конкретный способ действия при решении актуальной задачи. Такие пожелания не должны снижать ответственность подростка. Он сам принимает решения, оценивает приемлемость предлагаемых способов, планирует шаги для их реализации.

Парадоксальная инструкция. Для того чтобы вызвать чувство протеста и активизировать ребенка, можно предложить ему продолжать делать то, что он делает. Пусть повторит свои действия (мысли, по ступки) по крайней мере три раза...

Убеждение. Данный способ целесообразно использовать на фоне уравновешенного эмоционального состояния. Убеждение можно применять при наличии у подростка развитого образного и абстрактного мышления, устойчивости внимания. Психолог, используя понятные подростку аргументы, позволяет ему убедиться (утвердиться) в правильности определенных приемов, мыслей и т.п.

Эмоциональное заражение. При установлении доверительных отношений психолог становится образцом для эмоциональной идентификации. За счет этого он может поменять (откорректировать) эмоциональное состояние ребенка, заражая его собственным эмоциональным настроением.

Помощь в отреагировании неконструктивных эмоций. Применение данного способа актуально при острых эмоциональных состояниях. Отреагирование может выражаться в форме смеха, слез, выговаривания, активного действия (походить, постучать, побить подушку, потопать ногами, нарисовать, почертить, написать).

Отреагирование позволяет снять (разрядить) напряжение, вызванное негативной эмоцией. Психолог внимательно наблюдает, сочувствует, понимает, но не присоединяется к чувствам консультируемого.

Переоценка. Переоценка негативных чувств и мыслей позволяет выработать новый взгляд на ситуацию - «сменить рамку». Переоценка включает выявление негативных переживаний (мыслей, образов), их фиксацию, поиск положительного (трансформацию в положительное), концентрацию на положительном и объединение положительного с негативным с целью изменения (переоценки) негатива.

Домашнее задание. В качестве домашнего задания даются различные действия, о которых договариваются

психолог и консультируемый. Это могут быть наблюдения, отслеживание результатов, опробование новых способов.

Позитивный настрой. Позитивный настрой позволяет укрепить веру ребенка в свои возможности по разрешению возникшего затруднения, он концентрирует сознательные и подсознательные силы для достижения поставленной цели.

Ролевое проигрывание. Данный способ предполагает моделирование различных реальных и идеальных ситуаций для тренировки (отработки) новых способов поведения.

Анализ ситуаций. В ходе консультирования можно проводить совместный анализ как реальных жизненных ситуаций ребенка, так и ситуаций из жизни других людей, включая примеры из литературных произведений. Вместе с информированием это помогает повысить психологическую грамотность, а также развить навыки использования психологической информации при анализе ситуаций.

Внутренние переговоры. Могут использоваться для устранения внутренних конфликтов ребенка. Они предполагают выявление конфликтующих сторон (субличностей), их наименование и осуществление диалога между ними. Психолог может помочь ребенку осознать конфликтующие стороны и организовать внутренние переговоры, ведущие к компромиссу. После специальных тренировок ребенок обучается подключать к переговорам своего Творца - мудрую, творческую силу, которая есть у каждого человека. Это помогает находить не только компромиссы, но и новые оригинальные решения.

Трансформация личной истории. Задача трансформации - целенаправленное погружение в собственную историю для мысленного завершения субъективно незакрытых событий прошлой жизни, для изменения навязанных программ и сценариев. Подобные

мысленные действия способствуют также снятию напряжения, создаваемого эффектом незаконченного действия. Если нельзя изменить реальные события жизни, то можно изменить отношение к ним. В тех случаях, когда подросток страдает от мыслей, что он не сказал или не сделал чего -то, можно предложить ему сделать это, актуализировав соответствующую ситуацию в ходе психологической работы (мысленно или реально в игровой модели).

Целеустройство. Поиск новых жизненных целей и смыслов стоит заняться, если ребенок чувствует опустошенность, у него мала ценность собственного существования, он хочет изменить свою жизнь, но не знает, в каком направлении двигаться. Для целеустройства можно использовать как рациональные техники, так и творческое воображение.

Наполнение смыслом «обыденных» жизненных событий. Этот способ предполагает работу по повышению значимости происходящих событий, наполнению смыслом выполняемых действий (вспомните, как Том Сойер смог превратить в удовольствие скучную покраску забора). Такая работа имеет большое значение для ребенка, которому жизнь кажется скучной, все занятия - неинтересными.

Социальные пробы. Освоение ребенком различных конкретных действий как в специально запланированных жизненных ситуациях, так и в игровых процедурах. Такое обучение позволяет ребенку лучше понять собственные возможности, пройти своеобразное социальное закаливание, освоить новые формы и способы поведения.

Оказание помощи в поисках идентичности. Такая помощь весьма актуальна для подростков, которые мучительно ищут ответ на вопрос: «Кто я на самом деле?» Здесь нужны воздействия, побуждающие

консультируемого к самопознанию, к осмыслению собственных поступков.

Сосредоточенное мечтание. В качестве примера предлагается методика «Сосредоточенное мечтание». Ее реализация осуществляется в несколько шагов.

1. Составление проекта желаемого будущего. Для этого можно использовать: запись всех желаний без критики и ограничений в течение 10 –15 минут; составление фильма о собственной жизни с фиксацией ряда кадров из желаемого будущего; «путешествие» на машине времени в свое будущее; мысленное путешествие в «особенное место», где можно побеседовать с мудрецом и услышать его наставления, и т.д.

2. Определение временной сетки. Если все, что выделено на первом этапе, относится к завтрашнему дню, следует подумать о ближней перспективе; если цели относятся к отдаленному времени, следует подумать о ближайших шагах их реализации.

3. Выбор наиболее важных целей и ценностей, обоснование их важности.

4. Проверка сформулированных целей и ценностей на позитивность, конкретность, достижимость, ясность, этичность.

5. Составление списка ресурсов для достижения цели.

6. Составление списка ограничений пути к цели.

7. Составление пошагового плана достижения цели.

Конкретные действия, упражнения и процедуры, которые выбирает психолог для оказания психологической поддержки, всегда ситуативны. Они обусловлены, прежде всего, индивидуальными характеристиками подростка и направлены на его социализацию за счет устранения причин, препятствующих разрешению актуальных жизненных задач.

Релаксации. Нужно научить ребенка различным способам расслабления, достижения внутреннего покоя и комфорта. Релаксация может осуществляться в форме медитации, аутотренинговых и релаксационных упражнений.

3. Работа с семьями обучающихся с девиантным поведением

Поскольку девиантное поведение у детей всегда является результатом нарушения во взаимоотношениях внутри семьи, индивидуальную психотерапию и психокоррекцию необходимо сочетать с психологической и социальной работой с семьей. Работа с семьями девиантов имеет особое значение, поскольку именно в семье формируются склонности индивида, впоследствии являющиеся причиной возникновения девиаций.

Работа с семьями может идти в двух направлениях: социальном и психологическом. *Социальное направление* предполагает, прежде всего, улучшение ситуации в семье посредством решения ряда практических задач. *Психологическое* предусматривает целенаправленную работу психологов с членами семьи как индивидуально, так и совместно по улучшению психологического климата внутри нее, построения функциональных отношений, пробуждения личностной активности и ответственности каждого из ее членов.

Психологическая работа с семьей проходит, как правило, в рамках психокоррекции.

Психокоррекция семейных отношений – особая форма психологического воздействия, ориентированная на решение проблем во взаимоотношениях, преодоление семейных конфликтов, построение функциональных

отношений, в основе которых лежит правильно организованная иерархическая система.

Различают психокоррекцию супружеских отношений и семейную психокоррекцию. *Супружеская психокоррекция* может проводиться и как самостоятельный вид психологической помощи, и как один из этапов психокоррекции семейной.

Наиболее частыми причинами проблем в супружеских отношениях являются:

1) различное представление супругов о распределении ролей в данном виде отношений («Кто в доме хозяин?»);

2) различное представление супругов о способе выражения чувств («Дарит цветы – любит, не дарит – не любит»);

3) неоправданные ожидания в интимно -личностной сфере («Я думала (думал), а оказалось...»);

4) неоправданные ожидания на бытовом уровне (материальное благосостояние, социальный статус, жилищные условия).

Все перечисленные причины в своей основе, как правило, имеют отсутствие уважения и принятия себя как личности у каждого из супругов. Отсутствие самоуважения вследствие глубоко скрываемой низкой самооценки (страх неприятия) приводит к неискренности в отношениях с другими и подмене истинных чувств на стереотипные способы их выражения (то есть чувства подменяются социально значимыми ценностями). Общепринятые догмы выступают как кривое зеркало, искажая личность партнера.

Главное, что должны достигнуть клиенты для нормализации супружеских взаимоотношений в процессе коррекции, – это:

1) «увидеть» себя;

2) принять себя;

- 3) «увидеть» друг друга;
- 4) принять друг друга;
- 5) научиться разговаривать друг с другом, выражая свои мысли и чувства партнеру понятным для него образом.

В *семейной психокоррекции* объектом психологического воздействия выступает семья, воспринимаемая как некое единое целое, включающее в себя не только непосредственно супругов и их родственников, но и всех значимых близких.

При всех видах психологического воздействия (, а также для каждого отдельного вида девиаций используются специальные методы и приемы. Для ознакомления с ними, интересующимся конкретными способами решения данной проблемы, необходимо обратиться к специальной психолого-педагогической литературе.

Заключение

Актуальность проблемы девиантного поведения среди обучающихся и масштабы ее распространения обуславливают актуальность реализации мер в рамках психолого-педагогического сопровождения подростков данной категории.

Ресурсы образовательной организации позволяют осуществлять профессиональную деятельность по оказанию психолого-педагогической и социальной помощи обучающимся, в том числе создавать условия для адаптации и социализации обучающихся с девиантным поведением. Важнейшими принципами эффективности профилактической и коррекционной работы выступают комплексность воздействия на ребенка, исключение методов и приемов психологического давления как средства разрешения проблем, приоритет совместно выработанных норм взаимоотношений: доброжелательности, уважения, взаимопонимания, поддержки, активной заинтересованности и вовлеченности несовершеннолетних в процесс коррекции и дальнейшей ресоциализации.

Эффективно решить задачи психолого-педагогического сопровождения обучающихся в условиях образовательной организации можно благодаря системной и комплексной работе специалистов сопровождения, использующих ряд последовательно реализуемых технологий и методов активной деятельности обучающихся. Это позволяет выработать у обучающихся социально одобряемые формы поведения, развить самостоятельность, активность, сформировать нравственные ценности, духовные потребности в социально-культурной деятельности и культурно-бытовой сфере.

Список литературных источников

1. Азарова, Л. А. Психология девиантного поведения : учеб.-метод. комплекс / Л. А. Азарова, В. А. Сятковский. — Минск : ГИУСТ БГУ, 2009. — 164 с. — Режим доступа: https://elib.bsu.by/bitstream/123456789/14887/1/Сятковский_Психология%20девиантного%20поведения.pdf
2. Змановская, Е. В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения): Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - 2-е изд., испр. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 288 с. – Режим доступа: https://bookscafe.net/read/zmanovskaya_v-deviantologiya_psihologiya_otklonyayuschegosya_povedeniya-90171.html#p1
3. Использование результатов единой методики социально-психологического тестирования для организации профилактической работы с обучающимися образовательной организации. Методические рекомендации для специалистов в области профилактики, педагогических работников общеобразовательных организаций / Автор-составитель: Заева О.В. Под ред. Фальковской Л.П. – М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2019. - Режим доступа: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2020/08/Methodicheskie-rekomendatsii-po-organizatsii-profilakticheskoy-raboty-po-rezultatam-EM-SPT.pdf>
4. Касьянов, В. В. Девиантология: социология суицидального поведения : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / В. В. Касьянов, В. Н. Нечипуренко. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 333 с. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/442303>
5. Клейберг, Ю. А. Психология девиантного поведения : учебник и практикум для вузов / Ю. А.

Клейберг. — 5-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 290 с. — Режим доступа: <https://static.my-shop.ru/product/pdf/252/2512478.pdf>

6. Колесникова, Г. И. Девиантология : учебник и практикум для академического бакалавриата / Г. И. Колесникова. — 2 -е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 175 с.

7. Майсак, Н. В. Диагностика и коррекция личностных особенностей подростков с девиантным поведением : монография / Н. В. Майсак. — Астрахань : Издательский дом «Астраханский университет», 2009. — 167 с.
— Режим доступа: http://lit.lib.ru/img/m/majsak_n_w/majsak_2009_diagnostics_of_deviant_teenagers/majsak_2009_diagnostics_of_deviant_teenagers.pdf

8. Набойченко, Е. С. Психология отклоняющегося поведения подростков : монография / Е. С. Набойченко. — Екатеринбург : Издатель Калинина Г.П., 2007. — 285 с. — Режим доступа: <http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/373/1/mon00001.pdf>

9. Нефедова, А. В. Психология девиантного поведения / А. В. Нефедова ; Владим. гос. ун-т им. А. Г. и Н. Г. Столетовых. — Владимир : Изд-во ВлГУ, 2015. — 76 с.
— Режим доступа:

http://gi.vlsu.ru/uploads/media/A.V._Nefjodova_-_Psikhologija_deviantnogo_povedenija_01.pdf

10. Руководство по использованию единой методики социально-психологического тестирования. — Режим доступа: http://www.lider10.ru/school_life/school_canteen/01_%D0%95%D0%9C%20%D0%A1%D0%9F%D0%A2-2019_%D0%A0%D0%A3%D0%9A%D0%9E%D0%92%D0%9E%D0%94%D0%A1%D0%A2%D0%92%D0%9E.pdf

11. Профилактика социальных зависимостей подростков : учеб. пособие для академического бакалавриата / С. В. Воробьева [и др.] ; под ред. М. А. Мазниченко, Н. И. Нескоромных. – 2 -е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 227 с.

12. Пятунин, В. А. Девиантное поведение несовершеннолетних : современные тенденции / В. А. Пятунин. – Москва : РОО «Центр содействия реформе уголовного правосудия», 2010. – 280 с. – Режим доступа: <http://old.prison.org/lib/Deviant%20behavior%20of%20juveniles,%20Pyatunin.pdf>

13. Самыгин, П. С. Профилактика девиантного поведения молодежи : учебное пособие для вузов / П. С. Самыгин, С. И. Самыгин, Д. В. Кротов ; под общей редакцией П. С. Самыгина. – 2 -е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 284 с. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/456563/>

14. Шереги, Ф. Э. Социология девиации. Наркоситуация в молодежной среде : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / Ф. Э. Шереги, А. Л. Арефьев. – 2 -е изд., доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 166 с. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/454724>

15. Шнейдер, Л. Б. Психология девиантного и аддиктивного поведения детей и подростков : учебник и практикум для академического бакалавриата / Л. Б. Шнейдер. – 2 -е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 219 с. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/441552>

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Психодиагностический инструментарий

Опросник определения склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н.Орел).

Инструкция к тесту. Перед вами имеется ряд утверждений. Они касаются некоторых сторон вашей жизни, вашего характера, привычек. Прочтите первое утверждение и решите верно ли данное утверждение по отношению к вам.

– Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, в квадратике под обозначением «да» поставьте крестик или галочку.

– Если оно неверно, то поставьте крестик или галочку в квадратике под обозначением «нет».

– Если вы затрудняетесь ответить, то постарайтесь выбрать вариант ответа, который все-таки больше соответствует вашему мнению.

Затем таким же образом отвечайте на все пункты опросника. Если ошибетесь, то зачеркните ошибочный ответ и поставьте тот, который считаете нужным. Помните, что вы высказываете собственное мнение о себе в настоящий момент. Здесь не может быть «плохих» или «хороших», «правильных» или «неправильных» ответов. Очень долго не обдумывайте ответов, важна ваша первая реакция на содержание утверждений. Отнеситесь к работе внимательно и серьезно. Небрежность, а также стремление «улучшить» или «ухудшить» ответы приводят к недостоверным результатам. В случае затруднений еще раз прочитайте эту инструкцию или обратитесь к тому, кто проводит тестирование. Не делайте никаких пометок в тексте опросника.

Тестовый материал

Мужской вариант.

1. Я предпочитаю одежду неярких, приглушенных тонов.
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.
4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.
5. Тот, кто в детстве не дрался, вырастает маменькиным сынком и ничего не может добиться в жизни.
6. Я бы взялся за опасную работу, если бы за нее хорошо заплатили.
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.
8. Иногда бывает, что я немного хвастаюсь.
9. Если бы мне пришлось стать военным, то я хотел бы быть
летчиком-истребителем.
10. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.
11. Только слабые и трусливые люди выполняют все правила
и законы.
12. Я предпочел бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она опасна для жизни.
13. Я всегда говорю только правду.
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества — это вполне нормально.
15. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам,
16. Я думаю, что мне бы понравилось охотиться на

ЛЬВОВ.

17. Если меня обидели, то я обязательно должен отомстить.

18. Человек должен иметь право выпивать столько, сколько он хочет.

19. Если мой приятель опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.

20. Мне обычно затрудняет работу требование сделать ее к определенному сроку.

21. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.

22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если испытываешь сильное сексуальное (половое) влечение.

23. Я иногда не слушаюсь родителей.

24. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.

25. Я думаю, что мне понравилось бы заниматься боксом.

26. Если бы я мог свободно выбирать профессию, то стал бы дегустатором вин.

27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.

28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.

29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь».

30. Я всегда покупаю билет в транспорте.

31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.

32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это невыгодно.

33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.

34. Правы люди, которые в жизни следуют

пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».

35. Бывало, что я случайно попадал в драку после употребления спиртных напитков.

36. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после ряда обидных неудач.

37. Если бы в наше время проводились бои гладиаторов, то я бы обязательно в них поучаствовал.

38. Бывает, что иногда я говорю неправду.

39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.

40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.

41. Если бы я родился в давние времена, то стал бы благородным разбойником.

42. Если нет другого выхода, то спор можно разрешить и дракой.

43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпил.

44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других.

45. Если в фильме нет ни одной приличной драки — это плохое кино.

46. Иногда я скучаю на уроках.

47. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.

48. Если человек раздражает меня, то я готов высказать ему все, что о нем думаю.

49. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.

50. Мне бы понравилась профессия дрессировщика хищных зверей.

51. Если уж ты сел за руль мотоцикла, то стоит ехать только очень быстро.

52. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется,

чтобы преступник ушел от преследования.

53. Иногда я просто не могу удержаться от смеха, когда слышу неприличную шутку.

54. Я стараюсь избегать в разговоре выражений, которые могут смутить окружающих.

55. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.

56. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.

57. Мне больше нравится читать о приключениях, чем о любовных историях.

58. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.

59. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.

60. Меня раздражает, когда девушки курят.

61. Мне нравится состояние, которое наступает, когда выпьешь в меру и в хорошей компании.

62. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимал, что сейчас не время и не место.

63. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.

64. Мне легко заставить других людей бояться меня, и иногда ради забавы я это делаю.

65. Я смог бы своей рукой казнить преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.

66. Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.

67. Я хотел бы поучаствовать в автомобильных гонках.

68. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.

69. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готов первым начать драку.

70. Я могу вспомнить случаи, когда я был таким злым, что хватал первую попавшуюся под руки вещь и

ломал ее.

71. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.

72. Мне понравилось бы прыгать с парашютом.

73. Вредное воздействие алкоголя и табака на человека сильно преувеличивают.

74. Я редко даю сдачи, даже если кто-то ударит меня.

75. Я не получаю удовольствия от ощущения риска.

76. Когда человек в пылу спора прибегает к «сильным» выражениям — это нормально.

77. Я часто не могу сдержать свои чувства.

78. Бывало, что я опаздывал на уроки.

79. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.

80. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.

81. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.

82. Иногда случалось, что я не выполнял школьное домашнее задание.

83. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.

84. Мне кажется, что я не способен ударить человека.

85. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.

86. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.

87. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.

88. Иногда я бываю так раздражен, что стучу по столу кулаком.

89. Только неожиданные обстоятельства и чувство

опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.

90. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знал, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.

91. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.

92. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.

93. Когда я злюсь, то мне хочется кого-нибудь ударить.

94. Я считаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков.

95. Я мог бы на спор влезть на высокую фабричную трубу.

96. Временами я не могу справиться с желанием причинить боль другим людям.

97. Я мог бы после небольших предварительных объяснений управлять вертолетом.

Женский вариант

1. Я стремлюсь в одежде следовать самой современной моде или даже опережать ее.

2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должна сделать сегодня.

3. Если бы была такая возможность, то я бы с удовольствием пошла, служить в армию.

4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.

5. Чтобы добиться своего, девушка иногда может и подраться.

6. Я бы взялась за опасную для здоровья работу, если бы за нее хорошо платили.

7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.

8. Я иногда люблю немного посплетничать.

9. Мне нравятся профессии, связанные с риском для жизни.

10. Мне нравится, когда моя одежда и внешний вид раздражают людей старшего поколения.

11. Только глупые и трусливые люди выполняют все правила и законы.

12. Я предпочла бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она и опасна для жизни.

13. Я всегда говорю только правду.

14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества — это нормально.

15. Даже если я злюсь, то стараюсь никого не ругать.

16. Я с удовольствием смотрю боевики.

17. Если меня обидели, то я обязательно должна отомстить.

18. Человек должен иметь право выпивать, сколько он хочет и где он хочет. .

19. Если моя подруга опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.

20. Мне часто бывает трудно сделать работу к точно определенному сроку.

21. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобнее, а не там, где положено.

22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если чего-нибудь сильно захочешь.

23. Бывало, что я не слушалась родителей.

24. В автомобиле я больше ценю безопасность, чем скорость,

25. Я думаю, что мне бы понравилось заниматься каратэ или похожим видом спорта.

26. Мне бы понравилась работа официантки в ресторане.

27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.

28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.

29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица:

«Семь раз отмерь, один раз отрежь».

30. Я всегда плачу за проезд в общественном транспорте.

31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.

32. Я всегда выполняю обещания» даже если мне это невыгодно.

33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.

34. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».

35. Бывало, что я случайно попадала в неприятную историю после употребления спиртных напитков.

36. Я часто не могу заставить себя продолжать какое-либо занятие после обидной неудачи.

37. Многие запреты в области секса старомодны и их можно отбросить.

38. Бывает, что иногда я говорю неправду.

39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.

40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.

41. Если бы я родилась в давние времена, то стала бы благородной разбойницей.

42. Добиваться победы в споре нужно любой ценой.

43. Бывали случаи, когда мои родители, другие люди высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпила.

44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.

45. Если в фильме нет ни одной приличной драки —

это плохое кино.

46. Бывает, что я скучаю на уроках.

47. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую извинений.

48. Если человек раздражает меня, то я готова высказать ему все, что о нем думаю.

49. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.

50. Мне бы понравилась профессия дрессировщицы хищных зверей.

51. Мне нравится ощущать скорость при быстрой езде на автомобиле и мотоцикле.

52. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.

53. Бывает, что я с интересом слушаю неприличный, но смешной анекдот.

54. Мне нравится иногда смущать и ставить в неловкое положение окружающих.

55. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.

56. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.

57. Мне нравится слушать или читать о кровавых преступлениях или о катастрофах.

58. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.

59. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.

60. Я считаю вполне нормальным, если девушка курит.

61. Мне нравится состояние, которое наступает, когда выпьешь в меру и в хорошей компании.

62.. Бывало, что у меня возникало желание, выпить, хотя я понимала, что сейчас не время и не место.

63. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.

64. Некоторые люди побаиваются меня.
65. Я бы хотела присутствовать при казни преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.
66. Удовольствие — это главное, к чему стоит стремиться в жизни.
67. Если бы я могла, то с удовольствием поучаствовала бы в автомобильных гонках.
68. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.
69. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готова первой начать драку.
70. Я могу вспомнить случай, когда я настолько разозлилась, что хватала первую попавшуюся под руки вещь и ломала ее.
71. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.
72. Мне бы хотелось из любопытства прыгнуть с парашютом.
73. Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.
74. Счастливы те, кто умирают молодыми.
75. Я получаю удовольствие, когда немного рискую.
76. Когда человек в пылу спора прибегает к ругательствам — это допустимо.
77. Я часто не могу сдержать свои чувства.
78. Бывало, что я опаздывала на уроки.
79. Мне нравятся компании, где все, подшучивают друг над другом.
80. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.
81. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.
82. Иногда случалось, что я не выполняла школьное

домашнее задание.

83. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.

84. Бывают случаи, когда я могу ударить человека.

85. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.

86. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.

87. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.

88.. Иногда я бываю так раздражена, что громко кричу.

89. Только неожиданные и опасные обстоятельства позволяют мне по-настоящему проявить себя.

90. Я бы попробовала какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знала, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.

91. Когда я стою на мосту, то меня так и тянет прыгнуть вниз.

92. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.

93. Когда я злюсь, то мне хочется громко обругать виновника моих неприятностей.

94. Я считаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков.

95. Я бы с удовольствием покатила на горных лыжах с крутого склона.

96. Иногда, если кто-то причиняет мне боль, то это бывает даже приятно.

97. Я бы с удовольствием занималась в бассейне прыжками с вышки.

98. Мне иногда не хочется жить.

99. Чтобы добиться успеха в жизни, девушка должна быть сильной и уметь постоять за себя.

100. По-настоящему уважают только тех людей, кто вызывает у окружающих страх.

101. Я люблю смотреть выступления боксеров.

102. Я могу ударить человека, если решу, что он серьезно оскорбил меня.

103. Я считаю, что уступить в споре — это значит показать свою слабость.

104. Мне нравится готовить, заниматься домашним хозяйством.

105. Если бы я могла прожить жизнь заново, то я бы хотела стать мужчиной, а не женщиной.

106. В детстве мне хотелось стать актрисой или певицей.

107. В детстве я была всегда равнодушна к игре в куклы.

Мужской вариант

1. Шкала установки на социально-желательные ответы: 2 (нет), 4 (нет), 6 (нет), 13 (да), 21 (нет), 23 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 47 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).

2. Шкала склонности к преодолению норм и правил: 1 (нет), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (нет), 59 (да), 61 (нет), 80 (да), 86 (нет), 88 (да), 91 (да), 93 (нет).

3. Шкала склонности к аддиктивному поведению: 14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 46 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).

4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению: 3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 16 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 37 (да), 39 (да), 51

(да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 76 (нет), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да).

5. Шкала склонности к агрессии и насилию: 3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 17 (да), 25 (да), 37 (да), 40 (нет), 42 (да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 70 (да), 71 (да), 72 (да), 75 (нет), 77 (да), 82 (нет), 89 (да), 94 (да), 97 (да).

6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций: 7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).

7. Шкала склонности к деликвентному поведению: 18 (да), 26 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 42 (да), 43 (да), 44 (да), 48 (да), 52 (да), 55 (нет), 61 (нет), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 86 (нет), 91 (да), 94 (да).

Женский вариант

1. Шкала установки на социально-желательные ответы: 2 (нет), 4 (нет), 8 (нет), 13 (да), 21 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).

2. Шкала склонности к преодолению норм и правил: 1 (да), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (да), 59 (да), 61 (да), 80 (да), 86 (нет), 91 (да), 93 (нет).

3. Шкала склонности к аддиктивному поведению: 14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).

4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению: 3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 39 (да), 51 (да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 75 (да), 76 (да), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да), 99 (да).

5. Шкала склонности к агрессии и насилию: 3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 25 (да), 40 (нет), 42

(да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 71 (да), 77 (да), 82 (да), 85 (да), 89 (да), 94 (да), 101 (да), 102 (да), 103 (да), 104 (да).

6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций: 7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).

7. Шкала склонности к деликвентному поведению: 1 (да), 3 (да), 7 (да), 11 (да), 25 (да), 28 (да), 31 (да), 35 (да), 43 (да), 48 (да), 53 (да), 58 (да), 61 (да), 63 (да), 64 (да), 66 (да), 79 (да), 93 (нет), 98 (да), 99 (да), 102 (да).

8. Шкала принятия женской социальной роли: 3 (нет), 5 (нет), 9 (нет), 16 (нет), 18 (нет), 25 (нет), 41 (нет), 45 (нет), 51 (нет), 58 (нет), 61 (нет), 68 (нет), 73 (нет), 85 (нет), 93 (да), 95 (да), 96 (нет), 105 (да), 106 (нет), 107 (да).

Каждому ответу при соответствии с ключом присваивается один балл. Затем производится перевод «сырых» баллов в стандартные Т-баллы.

Таблица норм при переводе «сырых» баллов в Т-баллы

«Сырой» балл	Т-баллы						
	Шкалы						
	1	2	3	4	5	6	7
0	35		26				30
1	44	27	28	24	24	26	32
2	50	31	30	26	27	30	34
3	55	34	33	29	29	33	37
4	58	37	35	32	31	37	39
5	62	40	37	35	34	40	41
6	65	43	39	37	36	44	43
7	67	46	42	40	39	48	46
8	70	50	44	43	41	51	48

9	74	53	46	45	43	55	50
10	85	46	48	48	46	58	53
11	89	59	50	51	48	62	65
12		63	53	54	52	65	57
13		66	55	56	53	69	59
14		69	57	59	55	63	72
15		72	59	62	58	77	64
16		75	62	64	60	81	66
17		78	64	67	62	85	68
18		81	66	70	65		71
19		84	68	72	67		73
20		87	70	75	70		75
21		90	72	78	72		77
22			74	81	74		79
23			76	84	77		81
24			78	87	79		83
25			80	90	81		85
26			82		83		87
27			84		85		
28					87		
29					89		

**Диагностический опросник для выявления
склонности к различным формам девиантного
поведения «ДАП-П»**

Инструкция. Сейчас вам будут предъявлены вопросы, касающиеся некоторых ваших индивидуальных психологических особенностей. На регистрационном бланке приводится 4 варианта ответов. Вам необходимо внимательно прочитать вопрос и выбрать наиболее подходящий для вас вариант ответа, все ответы должны фиксироваться в регистрационном

бланке. Для этого в строке, соответствующей номеру вопроса, вам необходимо отметить одну из четырех клеток, совпадающую с выбранным вами ответом. На каждый вопрос возможен только один вариант ответа.

Вводная инструкция закончена, у кого есть вопросы, поднимите руку – к вам подойдут и помогут. Если вопросов нет, приступайте к работе.

1. Я хорошо понял инструкцию к данной методике.

2. Люди, с которыми я пытаюсь находиться в дружеских отношениях, очень часто причиняют мне боль.

3. «За компанию» с товарищами я могу принять большое количество алкоголя.

4. Я считаю, что в некоторых ситуациях жизнь может потерять ценность для человека.

5. Я бываю излишне груб (а) с окружающими.

6. Мои друзья рассказывали, что в некоторых ситуациях они испытывали необычные состояния: видели красочные и интересные видения, слышали странные звуки и др.

7. Думаю, что самым трудным предметом для меня будет — производственное обучение.

8. Среди моих друзей были такие, которые вели такой образ жизни, что мне приходилось скрывать свою дружбу от родителей.

9. Мне кажется, окружающие плохо понимают меня, не ценят и недолюбливают.

10. В последнее время я замечаю, что стал (а) много курить. Это помогает мне отвлечься от проблем и хлопот.

11. Бывало, что по утрам у меня дрожали руки и голова просто «раскалывалась».

12. Я всегда стремился (лась) к дружбе с ребятами, которые были старше меня по возрасту.

13. Не могу заставить себя бросить курить, хотя знаю, что это вредно.

14. В состоянии агрессии я способен (а) на многое.

15. Среди моих близких родственников (отец, мать, братья, сестры) были судимые лица.

16. Часто я испытывал чувство невесомости тела, отрешенности от окружающего мира, нереальности происходящего.

17. На подрастающее поколение влияет так много обстоятельств, что усилия родителей и педагогов по их воспитанию оказываются бесполезными.

18. Если кто-нибудь виноват в моих неприятностях, я найду способ отплатить ему тем же.

19. Приятели, с которыми я дружу, не нравятся моим родителям.

20. Я считаю, что можно оправдать людей, выбравших добровольную смерть.

21. Я привык (ла) считать, что «око за око, зуб за зуб».

22. Я всегда раз в неделю выпиваю.

23. Если кто-то причинил мне зло, я отплачу ему тем же.

24. Бывало, что я слышал (а) голоса внутри моей головы, звучание собственных мыслей.

25. Смысл жизни не всегда бывает ясен, иногда его можно потерять.

26. У меня есть друзья, которые любят смотреть «мультимики» после приема разных веществ.

27. В районе, где я проживаю, есть молодежные тусовки, которые активно враждуют между собой.

28. В последнее время, чтобы не сорваться, я вынужден (а) принимать успокоительные средства.

29. Я пыталась (лся) освободиться от некоторых пагубных привычек.

30. Я не осуждаю людей, которые совершают попытки уйти из жизни.

31. Употребляя алкоголь, я часто превышал свою норму.

32. Мои родители и родственники высказывали опасения в связи с моими выпивками.

33. В последнее время я часто испытывал (а) стресс, поэтому принимал (а) успокоительные средства.

34. Выбор добровольной смерти человеком в обычной жизни, безусловно, может быть оправдан.

35. В нашей школе был принят «ритуал прописки» новичков, и я активно в нем участвовал.

36. В последнее время у меня подавленное состояние, будущее кажется мне безнадежным.

37. У меня были неприятности во время учебы в связи с употреблением алкоголя.

38. Мне неприятно вспоминать и говорить о некоторых случаях, которые были связаны с употреблением алкоголя.

39. Мои друзья умеют хорошо «расслабиться» и получить удовольствие.

40. Можно согласиться с тем, что я не очень-то склонен выполнять многие законы, считая их неразумными.

41. Среди моих близких друзей были такие, которые часто уходили из дома, бродяжничали и т. д.

42. Я считаю, что мой отец злоупотреблял (злоупотребляет) алкоголем.

43. Я люблю играть в азартные игры. Они дают возможность «встряхнуться», «поймать свой шанс».

44. Я понимаю людей, которые не хотят жить дальше, если их предадут родные и близкие.

45. Я не осуждаю друзей, которые курят «травку».

46. Нет ничего предосудительного в том, что люди пытаются испытать на себе некоторые необычные состояния.

47. В нашей семье были случаи добровольного ухода из жизни (или попытки ухода).

48. С некоторыми своими привычками я уже не смогу справиться, даже если очень захочу.

Обработка результатов производится по каждому блоку в отдельности с помощью специальных «ключей», а также по всей методике в целом, путем суммирования баллов. При этом ответы оцениваются следующим образом: 0 — Нет, это совсем не так; 1 — Пожалуй, так; 2 — Верно; 3 — Совершенно верно.

В процессе обработки вначале необходимо обратить внимание на вопрос 1 (хорошо ли понял обследуемый инструкцию к данной методике).

Стены к методике «ДАП-II»

Наименование шкал методики	Низкие		Стены						Высокие	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Шкала «Аддиктивное поведение»	38 и >	37-31	30-26	25-19	18-13	12-8	7-6	5-4	3-2	1 и <
Шкала «Делинквентное поведение»	33 и >	32-27	26-23	22-18	17-15	14-11	10-8	7-5	4-3	2 и <
Шкала «Суицидальный риск»	16 и >	15-13	12-10	9-7	6-5	4	3	2	1	0

Интегральная оценка («Девиантное поведение»)	100 и >	88-83	82-68	67-54	53-45	44-33	32-26	25-19	15-18	14 и <
Баллы по методике										

Примечание. Показатели, соответствующие 1-2 стенам, говорят о высокой склонности к девиантному поведению; показатели, соответствующие 3-7 стенам, - о значительной предрасположенности; показатели, соответствующие 9-10 стенам, - о низкой склонности (или отсутствии) к девиантному поведению.

Уровень склонности к аддиктивному поведению (шкала АДП) оценивается по следующим номерам вопросов: 3, 6, 10, 11, 13, 16, 22, 24, 26, 28, 29, 31, 32, 33, 37, 38, 39, 42, 43, 45, 46, 48.

Уровень склонности к делинквентному поведению (шкала ДП) оценивается по следующим номерам вопросов: 5, 7, 8, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 21, 23, 27, 35, 40, 41.

Уровень суицидальной предрасположенности (шкала СР) оценивается по следующим номерам вопросов: 2, 4, 9, 20, 25, 30, 34, 36, 44, 47.

При дальнейшей обработке «сырые» значения по отдельным шкалам суммируются, определяется суммарный балл (склонность к девиантным формам поведения), который затем переводится в 10-балльную шкалу нормального распределения (стены).

Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса И А. Дарки
(адаптация А. К. Осницкого)

Инструкция. Прочитывая или прослушивая зачитываемые утверждения, примеряйте, насколько они соответствуют вашему стилю поведения, вашему образу

жизни, и отвечайте одним из четырех возможных ответов: «ДА», «ПОЖАЛУЙ, ДА», «ПОЖАЛУЙ, НЕТ», «НЕТ».

1. Временами не могу справиться с желанием навредить кому-либо.

2. Иногда могу посплетничать о людях, которых не люблю.

3. Легко раздражаюсь, но легко и успокаиваюсь.

4. Если меня не попросить по-хорошему, просьбу не выполню.

5. Не всегда получаю то, что мне положено.

6. Знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.

7. Если не одобряю поступки других людей, даю им это почувствовать.

8. Если случается обмануть кого-либо, испытываю угрызения совести.

9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.

10. Никогда не раздражаюсь настолько, чтобы разбрасывать вещи.

11. Всегда снисходителен к чужим недостаткам.

12. Когда установленное правило не нравится мне, хочется нарушить его.

13. Другие почти всегда умеют использовать благоприятные обстоятельства.

14. Меня настораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я этого ожидаю.

15. Часто бываю не согласен с людьми.

16. Иногда на ум приходят мысли, которых я стыжусь.

17. Если кто-нибудь ударит меня, я не отвечу ему тем же.

18. В раздражении хлопаю дверьми.

19. Я более раздражителен, чем кажется со стороны.

20. Если кто-то корчит из себя начальника, я поступаю ему наперекор.

21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Думаю, что многие люди не любят меня.
23. Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Увиливающие от работы должны испытывать чувство вины.
25. Кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю вижу кого-нибудь из тех, кто мне не нравится.
30. Довольно многие завидуют мне.
31. Требую, чтобы люди уважали мои права.
32. Меня огорчает, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.
34. От злости иногда бываю мрачным.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь.
36. Если кто-то пытается вывести меня из себя, я не обращаю на него внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
40. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.

42. Обижаюсь, когда иногда получается не по-моему.

43. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.

44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.

45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».

46. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.

47. Делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.

48. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.

49. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.

50. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.

51. Если бы знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.

52. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.

53. Когда кричат на меня, кричу в ответ.

54. Неудачи огорчают меня.

55. Дерусь не реже и не чаще других.

56. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.

57. Иногда чувствую, что готов первым начать драку.

58. Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.

59. Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.

60. Ругаюсь только от злости.

61. Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.

62. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее.

63. Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.

64. Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.

65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.

66. Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.

67. Часто думаю, что живу неправильно.

68. Знаю людей, которые способны довести меня до драки.

69. Не огорчаюсь из-за мелочей.

70. Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.

71. Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.

72. В последнее время я стал занудой.

73. В споре часто повышаю голос.

74. Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.

75. Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

При обработке данных в обычных условиях ответы «ДА» и «ПОЖАЛУЙ, ДА» объединяются (суммируются как ответы «да»), так же как и ответы «НЕТ» и «ПОЖАЛУЙ, НЕТ» (суммируются как ответы «нет»).

Ключ для обработки результатов испытания по опроснику

«1». ФИЗИЧЕСКАЯ АГРЕССИЯ (к=11): 1+, 9-, 17-, 25+, 33+, 41+, 48+, 55+, 62+, 68+.

«2». ВЕРБАЛЬНАЯ АГРЕССИЯ (к=8): 7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66-, 71+, 73+, 74-, 75-.

«3». КОСВЕННАЯ АГРЕССИЯ (κ=13): 2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 42+, 49-, 56+, 63+.

«4». НЕГАТИВИЗМ (κ=20): 4+, 12+, 20+, 28+, 36-.

«5». РАЗДРАЖЕНИЕ (κ=9): 3+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+.

«6». ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТЬ (κ=11): 6+, 14+, 22+, 30+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-.

«7». ОБИДА (κ=13): 5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.

«8». ЧУВСТВО ВИНЫ (κ=11): 8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+.

Номера вопросов со знаком «—» требуют и регистрации ответа с противоположным знаком: если был ответ «ДА», то мы его регистрируем как ответ «Нет», если был ответ «Нет», регистрируем как ответ «ДА». Сумма баллов, умноженная на коэффициент, указанный в скобках при каждом параметре агрессивности, позволяет получить удобные для сопоставления — нормированные — показатели, характеризующие индивидуальные и групповые результаты (нулевые значения не просчитываются).

Суммарные показатели:

(«1» + «2» + «3») : 3 = ИА - индекс агрессивности;

(«6» + «7») : 2 = ИВ — индекс враждебности.

А. Басс и А. Дарки предложили опросник для выявления важных, по их мнению, показателей и форм агрессии:

1. Использование физической силы против другого лица - ФИЗИЧЕСКАЯ АГРЕССИЯ.

2. Выражение негативных чувств как через форму (ссора, крик, визг), так и через содержание словесных обращений к другим лицам (угроза, проклятия, ругань) — ВЕРБАЛЬНАЯ АГРЕССИЯ.

3. Использование окольным путем направленных против других лиц сплетен, шуток и проявление ненаправленных, неупорядоченных, взрывов ярости (в крике, топании ногами и т. п.) — КОСВЕННАЯ АГРЕССИЯ.

4. Оппозиционная форма поведения, направленная обычно против авторитета и руководства, которая может нарастать от пассивного сопротивления до активных действий против требований, правил, законов, — НЕГАТИВИЗМ.

5. Склонность к раздражению, готовность при малейшем возбуждении излиться во вспыльчивости, резкости, грубости - РАЗДРАЖЕНИЕ.

6. Склонность к недоверию и осторожному отношению к людям, проистекающим из убеждения, что окружающие намерены причинить вред, — ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТЬ.

7. Проявления зависти и ненависти к окружающим, обусловленные чувством гнева, недовольства кем-то именно или всем миром за действительные или мнимые страдания, - ОБИДА.

8. Отношение и действия по отношению к себе и окружающим, проистекающие из возможного убеждения самого обследуемого в том, что он является плохим человеком, поступает нехорошо: вредно, злобно или бессовестно, - АУТОАГРЕССИЯ, или ЧУВСТВО ВИНЫ.

Личностный опросник «ОТКЛЭ» (Н. И. Рейнвальд)

Инструкция: Уважаемый товарищ! Вы участвуете в исследовании индивидуальных особенностей личности, которое проводится с целью помочь Вам разобраться в себе и наметить пути самовоспитания. Прочитав вопрос, ответьте на него «да», либо «нет», либо «не знаю».

Представляя свое поведение в той или иной ситуации, старайтесь быть объективным: опросник имеет контрольную шкалу.

Утверждения:

1. С вечера я планирую свои дела на будущий день.
2. Черновую работу (мытьё посуды, вскапывание огорода и т.д.) выполняю с неохотой.
3. Жизнь класса проходит мимо меня.
4. Прочитываю к занятию не только основную, но и часть дополнительной литературы.
5. Я люблю петь.
6. Я всегда радуюсь успехам других людей.
7. Люблю наводить порядок у себя дома.
8. Возражаю, когда меня выбирают на руководящие должности.
9. У меня не хватает времени следить за книжными новинками.
10. Встретившись с произведением искусства (книгой, музыкой, спектаклем и т.д.), могу расчувствоваться до слез.
11. Часто мне не удастся сделать то, что я наметил.
12. Свои обещания я всегда выполняю.
13. Мне постоянно приходится кому-нибудь помогать.
14. Из источников информации предпочитаю телевидение и кино.
15. Мое тело откликается на танцевальную музыку.
16. Считаю, что готовиться ко всем урокам невозможно.
17. Могу несколько часов подряд заниматься эффективно физической работой, физическими упражнениями.
18. Никогда не упускаю возможности побывать в театре, музее.
19. Трудную задачу предпочитаю списать у соседа, а не решить сам.

20. Бывает, что во время театрального действия я ем конфеты, мороженое.
21. На моем рабочем столе обычно порядок.
22. Главное для меня — сделать работу в срок, а качество — как выйдет.
23. Несдержанность и повышенный тон простительны, если отстаиваешь свою правоту.
24. Иногда я говорю вслух не то, что думаю.
25. Принимаю участие в художественной самодеятельности.
26. Я, как правило, затягиваю ответ на полученное письмо.
27. Ухаживаю за животными.
28. У меня постоянно возникают идеи о том, что можно сделать в классе.
29. Занимаясь умственной работой, могу жертвовать развлечениями, отдыхом.
30. Несколько раз в жизни мне пришлось солгать.
31. Вернувшись, домой в грязной обуви, я сразу же привожу ее в порядок.
32. В период вынужденной бездеятельности (ожидание чего-либо, болезнь и т.д.) нахожу себе занятие.
33. Если человек со связями, я стараюсь завязать с ним дружбу.
34. Случается, что на занятии я высказываю спорную точку зрения, выражаю расхождение с мнением учащихся, преподавателя.
35. Меня волнует игра актеров на сцене.
36. Иногда я только делаю вид, что понимаю собеседника, чтобы не показаться неумным.
37. Часто у меня не хватает терпения довести начатое дело до конца.
38. Выполнение общественных обязанностей в классе приносит мне удовлетворение.

39. Уровень моих умственных достижений вполне достаточен.
40. Во время танца для меня главное — просто двигаться.
41. Не откладываю на завтра, то, что могу сделать сегодня.
42. Правила повеления в общественных местах я выполняю.
43. На собрании предпочитаю молчать, хотя имею свою точку зрения.
44. Мои интересы требуют терпения, усидчивости.
45. Есть полотна живописи, перед которыми я простоял не одну минуту.
46. Занятость общественной, домашней работой, спортом и т.п. неблагоприятно сказывается на моей учебе.
47. Плохо выполненная работа не дает мне спокойно отдыхать.
48. Я всегда радуюсь, получая трудное задание.
49. Ради собственного маленького открытия часами, неделями решаю одну и ту же проблему.
50. Я тщательно слежу за своей внешностью.
51. Ситуация, когда на один день выпадает три урока, к которым надо готовиться, не застает меня врасплох, так как подготовку к ним я планирую заранее.
52. Если на воскреснике меня не обеспечили орудиями труда, я использую подручные средства.
53. Если мой товарищ, отстает в учебе, работе, нахожу возможность, чтобы помочь ему.
54. Не пропускаю ни одно мероприятия в культурной жизни города.
55. Если передают классическую музыку, а не эстрадную, я выключаю приемник.
56. Часто я убегаю на занятия, не успев позавтракать.
57. Домашний труд меня обременяет.

58. Не выношу критических замечаний.
59. Учебника мне вполне достаточно, чтобы подготовиться к занятию.
60. Я всегда перехожу улицу в положенном месте.
61. Могу пропустить занятие без всяких оснований.
62. Иногда я выбрасываю мелкий мусор из окна.
63. Во время ссоры не выбираю выражений, могу употребить грубое слово.
64. Когда товарищи обмениваются интересной научной информацией я, как правило, только слушаю.
65. Я собираю пластинки с классической музыкой.
66. В моей жизни были ситуации (моменты), которые мне не хочется вспоминать.
67. Могу несколько часов подряд эффективно заниматься умственной работой.
68. Если отвечающий на уроке не может связать двух слов, мне смешно.
69. Не зная ответа на вопрос, надеюсь на подсказку.
70. Мне нравится гулять с громко включенным магнитофоном, транзистором.
71. Если наступит полоса невезения в учебе, у меня пропадает охота заниматься.
72. Я всегда бываю согласен с той оценкой, которую мне дает преподаватель.
73. Постоянно имею какие-нибудь общественные поручения.
74. Я люблю учиться.
75. Собираю книги по искусству, репродукции.
76. Каждую вещь я сразу кладу на место.
77. Выполнение черновой работы считаю унижением личности.
78. Могу поддержать разговор на любую тему.
79. На занятии меня так и тянет задать по теме вопрос преподавателю.

80. Всем подаркам предпочитаю цветы.
81. Когда приходится пропускать уроки, мне как-то не по себе.
82. Люблю возиться с растениями.
83. Пожилые люди раздражают меня своей ворчливостью, медлительностью.
84. При любых обстоятельствах предпочитаю работу развлечениям.
85. Красиво сделанная вещь наталкивает меня на создание чего-то подобного.
86. Мой стиль — ликвидировать пробелы в знаниях в период подготовки к экзамену.
87. Люблю оттягивать работу в надежде на то, что мне помогут.
88. Если меня покритикуют — в долгу не останусь.
89. Мне достаточно общего знакомства с явлениями, пусть другие докапываются до их сути.
90. Не успевая выполнить то, что наметил, нахожу себе оправдание.
91. Я прихожу минут за десять до начала занятий.
92. Люблю длительные перерывы в занятиях, работе.
93. Я соглашусь на бесплатную дополнительную работу после выполнения задания.
94. Жизнь кажется мне серой и скучной.
95. Когда я присутствую на концерте, у меня возникает желание тоже стать исполнителем.
96. Я делаю утреннюю зарядку.
97. Меня тяготит необходимость тратить время на неинтересную, хотя и нужную черновую работу.
98. Уважаю людей, которые могут доставать фирменные печи.
99. Я часто увлекаюсь новым делом, но вскоре остываю.

100. У меня не хватает терпения досмотреть фильм, снятый по произведению классической литературы.
101. Если я основательно готовлюсь к уроку истории (обществоведения), то остальные уроки остаются неподготовленными.
102. Взявшись за работу, делаю ее как можно лучше.
103. Люблю подшутить над отвечающим товарищем: подсказать невпопад, строить гримасу и т.п.
104. Новую информацию предпочитаю черпать у других людей, а не из книг.
105. Иногда я шелкаю семечки, ем что-нибудь на уроке, в кино, трамвае.
106. Порой я убегаю на занятия, не успев застелить, постель.
107. При выполнении хозяйственных дел, например, во время похода, я чувствую себя неуверенно.
108. Если на субботнике не подготовлен фронт работ, я беру это на себя.
109. Храню вырезки, выписки из газет, журналов.
110. Читая книгу, я, как правило, пропускаю описание природы.
111. Общественные поручения выполняю без напоминания.
112. Во время сельхозработ думаю об отдыхе, стараюсь побыстрее выполнить задание.
113. Если я вижу в классе беспорядок (грязная доска, мусор, стулья не на месте и пр.), то тут же устраняю его.
114. Во время подготовки к занятиям товарищи обращаются ко мне с просьбой объяснить непонятное.
115. В свободное время рисую, вышиваю, занимаюсь поделками, играю на музыкальном инструменте.

Обработка данных и интерпретация

организованность	трудолюбие	коллективизм	любопытность	Эстетическое развитие
1-да	2-нет	3-нет	4-да	5-да
6-да (ложь)	7-да	8-нет	9-нет	10-да
11-нет	12-да (ложь)	13-да	14-нет	15-да
16-нет	17-да	18-да (ложь)	19-нет	20-нет
21-да	22-нет	23-нет	24-нет (ложь)	25-да
26-нет	27-да	28-да	29-да	30-нет (ложь)
31-да	32-да	33-нет	34-да	35-да
36-нет (ложь)	37-нет	38-да	39-нет	40-нет
41-да	42-да (ложь)	43-нет	44-да	45-да
46-нет	47-да	48-да (ложь)	49-да	50-да
51-да	52-да	53-да	54-да (ложь)	55-нет
56-нет	57-нет	58-нет	59-нет	60-да (ложь)
61-нет	62-нет	63-нет	64-нет	65-да
66-нет (ложь)	67-да	68-нет	69-нет	70-нет
71-нет	71-да (ложь)	73-да	74-да	75-да
76-да	77-нет	78-да (ложь)	79-да	80-да
81-да	82-да	83-нет	84-да (ложь)	85-да
86-нет	87-нет	88-нет	89-нет	90-нет (ложь)
91-да	92-нет	93-да	94-нет	95-нет
96-да	97-нет	98-нет	99-нет	100-нет

101-нет	102-да	103-нет	104-нет	105-нет
106-нет	107-нет	108-да	109-да	110-нет
111-да	112-нет	113-да	114-да	115-да

Последовательность обработки.

1.Проставляются плюсы при совпадении ответов со шкалой лжи, в таблице отмечены как "(ложь)".

2.Суммируется количество плюсов по шкале лжи: если сумма плюсов равна 8 и более, то анкета не обрабатывается, так как отчеты считаются необъективными.

3.Проставляются баллы за совпадение, но шкалам свойств личности.

4.Суммируется количество баллов по каждой шкале (1 балл за совпадение).

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Примерный план индивидуального психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетнего, состоящего в «группе повышенного внимания» специалистов

Ф.И.О. _____

Дата рождения _____ Дата постановки на учет _____

№ п/п	Мероприятие	Срок проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
1.	- динамический контроль эмоционально-волевой сферы, - обучение навыкам саморегуляции, - проведение индивидуальных и групповых психокоррекционных мероприятий (тренинги, АТ)	1 раз в месяц 1 раз в неделю	Психолог	
2.	- посещение по месту жительства, - проведение индивидуальных бесед с ребенком и родителями (законными представителями), - организация семинаров по проблемам профилактики деструктивного поведения	1 раз в квартал 2 раза в месяц 1 раз в месяц	Социальный педагог	

3.	- проведение индивидуальных и групповых бесед по профилактике деструктивного поведения	1 раз в месяц	Классный руководитель, воспитатель
4.	- проведение тематических лекций и круглых столов об основах законодательства РФ, - разъяснение прав и обязанностей несовершеннолетних, ответственности	1 раз в квартал 1 раз в квартал с привлечением инспектора ПДН	Заместитель директора по воспитательной работе

Примерный маршрут сопровождения обучающегося, состоящего на внутришкольном учете

№ п/п	Действия специалистов образовательной организации	Примечание
1.	<u>Выявление</u> обучающегося, нуждающегося в индивидуальном психолого-педагогическом сопровождении	В результате анализа диагностической работы, наблюдения педагогов, информации полученной от родителей обучающегося и т.д.
2.	<u>Принятие решения</u> о постановке на внутришкольный учет. Информирование родителей (законных представителей) и/или согласование с родителями (законными представителями) факта постановки обучающегося на	По решению Управляющего совета и в соответствии с локальными актами, принятыми в образовательной организации

	внутришкольный учет	
3.	<p><u>Проведение диагностических мероприятий:</u></p> <p>— углубленная психолого-педагогическая диагностика, направленная на изучение интересов и склонностей ребенка, выраженных проблем в его развитии, имеющихся ресурсов и возможностей;</p> <p>— сбор информации об актуальной социальной ситуации развития обучающегося с целью выявления ресурсных и проблемных зон его семейной ситуации, социального окружения</p>	Классный руководитель с привлечением педагога-психолога и социального педагога образовательной организации
4	<u>Планирование</u> основных направлений работы по индивидуальному психолого-педагогическому сопровождению	
4.1.	<p><u>Назначение педагога – наставника</u> из числа работников школы, в обязанности которого входит:</p> <p>— поддержка ребенка и координация действий ответственных лиц в соответствии с планом индивидуального</p>	Эту функцию может выполнять референтное для обучающегося и его родителей (законных представителей) лицо из числа педагогических работников образовательной организации: классный руководитель, учитель-предметник,

<p>сопровождения, — обеспечение взаимодействия с семьей, — информационная поддержка семьи обучающегося в вопросах возможности получения юридической, психологической, социально-педагогической и иной помощи, в том числе, с привлечением ресурсов внешних организаций. — организация условий для дополнительного образования обучающегося с учетом его индивидуальных интересов, возможностей и склонностей, в том числе, с привлечением внешних ресурсов; — оказание помощи в проектировании индивидуального жизненного плана обучающегося с учетом его внешних и внутренних ресурсов, содействие в самоопределении и профориентации.</p>	<p>социальный педагог, а также, представитель администрации.</p>
---	--

<p>4.2.</p>	<p><u>Психологическое сопровождение.</u> Ответственное лицо – педагог-психолог, руководитель психолого-педагогической службы. Цель – оказание адресной психолого-педагогической помощи в соответствии с результатами проведенной диагностики обучающемуся и его родителям (законным представителям) Возможные формы психологического сопровождения: – индивидуальные и групповые занятия в направленности обоснованной проведенной диагностической работой; – психологическое консультирование обучающегося и его родителей (законных представителей), учителей; – участие в проектной деятельности социально-психологической направленности <u>При необходимости, информирование о дополнительных возможностях получения психологической помощи.</u></p>	<p>Необходимо планирование промежуточной и итоговой (в конце учебного года) диагностики, направленной на оценку эффективности проведенной работы</p>
<p>4.3.</p>	<p><u>Социальное сопровождение.</u> Ответственное лицо – социальный педагог. Цель - сбор и анализ информации об условиях жизни</p>	<p>Необходим промежуточный анализ эффективности проведенной работы</p>

	<p>обучающегося в динамике, правовое просвещение обучающегося и его родителей, информационная поддержка семьи в вопросах получения социальной помощи, организации досуга и внеурочной деятельности.</p> <p>Возможные формы социального сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> — педагогическая беседа с обучающимся и его родителями (законными представителями); — ведение персонифицированного учета обучающихся, состоящих на внутришкольном учете; — организация межведомственного взаимодействия по вопросу обеспечения законных прав несовершеннолетних и профилактики негативных проявлений 	
<p>4.4.</p>	<p><u>Педагогическое сопровождение.</u></p> <p>Ответственное лицо – классный руководитель.</p> <p>Цель – организация учебно-воспитательного процесса, ликвидация академических задолженностей, реинтеграция в образовательный процесс.</p> <p>Возможные формы работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> — социально-педагогическое наблюдение за 	<p>Необходим регулярный контроль, регламентированный индивидуальным планом сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> — успеваемости; — посещаемости; — участия в общественно-значимых мероприятиях, дополнительном образовании и внеурочной деятельности

<p>эмоциональным состоянием, поведением обучающегося с целью предупреждения возникновения социально-рискованных действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> — дополнительные консультации обучающегося, его родителей (законных представителей) и педагогов школы с целью организации взаимодействия, направленного на преодоление школьной неуспешности, проблемных зон в освоении учебных предметов; — привлечение обучающегося и его родителей к внеурочной деятельности, вовлечение в общественную жизнь класса и школы; — контроль посещаемости и успеваемости в динамике. <p><u>При необходимости</u> в работу по плану индивидуального сопровождения обучающегося включается учителя по одной или нескольким учебным дисциплинам, по которым у обучающегося имеются сложности или академические задолженности. В таком случае составляется индивидуальный график, включающий:</p> <ul style="list-style-type: none"> — даты дополнительных занятий и консультаций, отметки об их посещении; — даты и формы 	
---	--

	дополнительной аттестации по учебным предметам и отметки об их прохождении	
4.5	<p><u>Административное сопровождение.</u></p> <p>Ответственное лицо – заместитель директора по учебно – воспитательной работе.</p> <p>Цель – обеспечение реализации и контроль исполнения индивидуального плана сопровождения обучающегося, качества выполнения запланированных мероприятий.</p> <p>Возможные формы работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> — беседа с обучающимся, его родителями (законными представителями), педагогами и специалистами психолого – педагогической службы; — посещение уроков и мероприятий дополнительной аттестации по учебным предметам; — контроль качества образовательного процесса; — проверка объективности учителей при оценке уровня знаний обучающегося; — контроль учебной нагрузки обучающегося и ее распределение; — организация психолого – педагогического консилиума школы при необходимости; 	Необходим регулярный контроль за ходом реализации индивидуального плана сопровождения обучающегося и качеством образовательного процесса.

	— методическая помощь при составлении отчетов по результатам реализации мероприятий индивидуального плана сопровождения обучающегося.	
5.	Утверждение индивидуального плана сопровождения обучающегося директором образовательной организации. Ознакомление родителей (законных представителей) и обучающегося с индивидуальным планом сопровождения.	Ознакомление родителей (законных представителей) осуществляется с оформлением протокола беседы.

Образец индивидуального плана сопровождения обучающегося

Причина: Проблемы в поведении (систематические жалобы от учителей на нарушение дисциплины)

Цель работы: создание условий для изменения поведения

Задачи:

- выяснение и анализ причин такого поведения;
- включение родителей (законных представителей) в совместную работу с образовательной организацией по предупреждению социально – опасного поведения обучающегося;
- обучение конструктивным способам разрешения возникающих проблем.

№ п/п	Исполнитель	Содержание работы	Сроки, периодичность	Результат
1.	Педагог -	1.Беседа с	сентябрь	

	наставник	родителями (законными представителями)		
		2.		
2	Классный руководитель	1. контроль посещаемости учебных занятий	ежедневно	
		2.		
3	Учителя - предметники	1. составление плана ликвидации задолженностей	сентябрь	
		2.		
4	Педагоги дополнительного образования	1. Проведение занятий согласно программе	в течение года	
		2.		
5	Педагог - психолог	1. углубленная психологическая диагностика эмоционально – волевой сферы	сентябрь	
		2.		
6	Социальный педагог	1. Сбор информации об актуальной социальной ситуации развития	сентябрь	
		2.		
7	Заместитель директора по	1. Беседа с обучающимся, его	сентябрь	

	УВР	родителями (законными представителями), педагогами и специалистами психолого – педагогической службы		
		2.		

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Тренинг резистентности (сост. С.В. Истомина)

Цель тренинга: развитие резистентности (устойчивости) к негативному социальному влиянию.

Задачи тренинга:

- формирование умений противостояния попыткам манипулирования и способности к самостоятельному выбору;
- знакомство с неотъемлемыми правами личности и навыками уверенного поведения через умение отказываться;
- расширение паттернов поведения в ситуациях группового давления сверстников.

Необходимые материалы: белые листы формата А4, ручки, листы ватмана, журналы для коллажа, ножницы, клей, фломастеры, маркеры, конверты, распечатанные материалы (см. приложения).

Структура тренинга:

- I. Часть. Вводная.
- II. Часть. Основная.
- III. Часть. Подведение итогов.

Занятие 1.

Цель занятия: знакомство участников, ориентация в работе группы

1. Представление ведущего, формулировка первичных задач тренинга. Ритуал приветствия.

2. Правила нашей группы (10 мин.). Тренер предлагает группе определить правила, которыми группа будет руководствоваться на занятиях. Список правил является стандартным. Можно предложить его группе и обсудив каждый пункт принять общим голосованием.

Инструкция: как правило, каждая группа, подобная нашей руководствуется в своей работе определенными нормами, которые регламентируют ее деятельность. Сейчас и мы с вами заключим друг с другом своеобразное психологическое соглашение, которого каждый из нас будет придерживаться в процессе работы. Я предлагаю вам несколько правил, вы можете дополнить их по своему желанию.

Если у вас есть еще какие-то предложения и дополнения к указанным правилам, давайте их рассмотрим и вынесем общее решение.

3. Упражнение «Взаимное представление» (15 мин.). Участники разбиваются на пары и рассказывают друг другу о себе по следующему алгоритму вопросов:

- Имя в тренинге;
- Ожидание от встреч;
- Мои увлечения;
- Способы времяпрепровождения;
- Мечты.

После этого все возвращаются в круг, где каждый кратко представляет всего партнера на основании прослушанного рассказа.

4. Конкретизация ожиданий от тренинга (10 мин.). Подросткам раздаются бланки для ответов. Ведущий зачитывает вопросы, участники заполняют бланк.

	Совсем не хочу	Скорее не хочу	Не возражаю	Скорее хочу, чем нет	Очень хочу
Хочу ли я лучше узнать себя?					
Хочу ли я эффективно					

общаться с окружающими?					
Хочу ли я научиться говорить «нет»?					
Хочу ли я научиться противостоять манипуляциям?					
Хочу ли я научиться владеть собой и ситуацией?					

Обсуждение: обработка не требует много времени и проводится непосредственно на занятии. Общие пожелания обсуждаются.

5. Завершение работы - заполнение анкеты.

Инструкция: Пожалуйста, по 10-тибалльной системе оцените высказывания о своем участии в данном занятии.

Ответы желательно пояснить:

1. Понял для себя что-то новое.

Балл: _____

Пояснение:

2. Получил эмоциональный заряд.

Балл: _____

Пояснение:

3. Появились новые планы.

Балл: _____

Пояснение:

6. Ритуал прощания.

Занятие 2.

Цель занятия: изучение психологических особенностей участников группы.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Очередь» (10 мин.).

Необходимо поделить группу на две команды: одна – очередь, другая – эксперты. Все встанут в очередь, кроме одного, который пытается пролезть вперед. Необходимо отказать нахалу. Условие: нельзя кричать, ругаться и использовать физическую силу.

Обсуждение следующих вопросов: Какие чувства возникают в момент отказа? В чем основная трудность отказа?

Попросить участников вспомнить ситуацию, в которой кто-то попросил их сделать что-то, что они не хотели. Что при этом чувствовали?

В нашей жизни нам часто необходимо от чего-то отказываться. Ситуации отказа нередко связаны с неприятными переживаниями: страхом обидеть, испортить отношения, чувством вины, потерей своего положения в своей группе.

3. Тест «Насколько вы подвержены чужому влиянию» (приложение 1) (10 мин.)

Обсуждение результатов теста: мнение участников; насколько они согласны с полученным результатом; примеры из жизни, характеризующие полученный результат.

4. Упражнение «Ситуации отказа» (15 мин.).

Попросить участников вспомнить ситуацию, в которой кто-то (друг, одноклассник, знакомый) попросил их сделать что-то, что они не хотели.

Обсуждение: Почему не смогли отказать? Какие последствия отказа могли бы быть? Что при этом чувствовали? Какие свои дела были не сделаны и т.п.?

5. Домашнее задание: придумать ситуацию, в которой другой человек не сможет отказать и выполнит твою просьбу, даже в ущерб собственным делам.

6. Завершение работы - заполнение анкеты (см. занятие 1). Ритуал прощания.

Занятие 3.

Цель занятия: формирование навыка распознавания манипулирования.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Выгодная сделка» (15 мин.).

Ведущий делает участникам следующее предложение:

«Покупка дома в Сочи – мечта любого любителя моря, особенно в преддверии олимпиады 2014 года. Однако, вы скажите, что это ни по карману ни вам, ни вашим родителям. Но это не так уж дорого. Допустим, что небольшой дом стоит 50 тысяч долларов (≈ 2 млн. руб). Однако, если вы покупаете его не на 20 лет, а на один год, цена сокращается в 20 раз. Если же вам в течение года дом нужен только на один месяц, то сумму нужно разделить еще на 12. Если же вы планируете отдыхать в течение года только две недели, то вам нужно заплатить всего 104 доллара (≈ 4375 руб). После этого в течение 20 лет ежегодно вы можете приезжать в этот дом – он целиком ваш на две недели. Не нужно платить за дорогую гостиницу или снимать чужую квартиру. В вашем распоряжении целый дом. Это предложение действует в течение 3-х дней. Если вы в состоянии заплатить именно сейчас, заключив со мной договор, то вы получите 25%-ную скидку и право на временное пользование домом в Сочи всего за 78 долларов (≈ 3300 руб). Кстати, мои

знакомые воспользовались этим предложением пару лет назад и очень довольны».

Обсуждение: Не правда ли выгодно? Хотели бы вы иметь такой вариант? Приходилось ли вам в действительности сталкиваться с подобными предложениями? Согласились ли бы вы на подобное предложение? Возникало ли у вас ощущение, что в данном предложении что-то не так? Не кажется ли, что вами управляют? Если - да, то почему?

3. Мини-лекция «Манипуляции в нашей жизни» (приложение 2) (10 мин.).

4. Работа с домашним заданием (15 мин.).
Участники по очереди оглашают ситуации, в которых другой человек не сможет отказать и выполнит твою просьбу, даже в ущерб собственным делам.

Обсуждение: Почему человек не сможет отказать? На какие его психологические характеристики или состояния вы ориентируетесь? Какие причины отказа существуют, но не проговариваются? Мнение участников группы.

5. Завершение работы - заполнение анкеты (см. занятие 1). Ритуал прощания.

Занятие 4.

Цель занятия: отработка навыка противостояния манипулированию.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Зигзаг удачи» (25 мин.). «На прошлом занятии мы рассмотрели с вами понятие «манипуляция» и придумали сами ситуации, в которых мы успешно манипулируем другими. Давайте более подробно рассмотрим ситуации манипуляции в нашей жизни». Группе нужно разделиться на 4 подгруппы и разыграть в мини-сценках предложенные ситуации (приложение 3).

3. Упражнение «Как нами манипулируют» (10 мин).

Участникам предлагается обсуждение следующих вопросов:

- Знакомы ли вам приемы манипулирования вами и другими людьми?

- Всегда ли вы можете распознать манипуляции?

- Приведите примеры манипуляции в области продаж, рекламы и т.п.

4. Домашнее задание «Защита от манипуляций».

Участникам предлагается придумать варианты защиты от манипуляций на основе ситуаций упражнения «Зигзаг удачи».

5. Завершение работы - заполнение анкеты (см. занятие 1). Ритуал прощания.

Занятие 5.

Цель занятия: изучение психологических особенностей участников.

1. Ритуал приветствия.

2. Мини-лекция «Ассертивность. Ассертивное поведение» (приложение 4) (10 мин.).

3. Тест - опросник «Исследование уровня ассертивности» (15 мин.) (приложение 5).

Обсуждение результатов теста: мнение участников; насколько они согласны с полученным результатом; примеры из жизни, характеризующие полученный результат.

4. Работа с домашним заданием (15 мин.).

Обсуждение вариантов защиты от манипуляций, выработка групповых правил, фиксация их на ватмане.

5. Завершение работы - заполнение анкеты (см. занятие 1). Ритуал прощания.

Занятие 6.

Цель занятия: отработка навыков ассертивного поведения.

1. Ритуал приветствия.

2. Работа с правилами ассертивного поведения

М. Смит (приложение 6) (15 мин.).

Обсуждение данных правил, мнение участников группы.

3. Сравнение правил ассертивного поведения (М. Смит) и вариантов, разработанных группой на предыдущем занятии (10 мин.).

Обсуждение полученного результата, принятие общих правил поведения.

4. Упражнение «Алгоритм отказа» (10 мин.).

1. Я – сообщение + отказ + аргумент + встречное предложение («Мне приятно, что ты меня пригласил + но я не могу пойти + так как у меня важная встреча + пойдём лучше в кино завтра!»)

2. Встречный вопрос + отказ («Ты думаешь, мне не хочется пойти + хочется, но не могу!»)

3. Анализ ситуации, почему группа хочет, чтобы ты согласился с предложением («Вам, наверное, интересно узнать мои музыкальные вкусы?»).

5. Домашнее задание: придумать ситуации и используя данный алгоритм отказать «просителю».

5. Завершение работы - заполнение анкеты (см. занятие 1). Ритуал прощания.

Занятие 7.

Цель занятия: отработка навыков уверенного отказа.

1. Ритуал приветствия.

2. Работа с домашним заданием – отработка алгоритма отказа в предложенных участниками ситуациях (10 мин.).

Обсуждение ситуаций; сложности отказа; какой из 3-х вариантов отказа наиболее удобен?

3. Упражнение «Билль о правах человека» (15 мин) (приложение 7). Участникам раздаются памятки. Каждое положение обсуждается в группе.

4. Упражнение «Давай покурим!». Участникам предлагается разбиться на тройки. Один будет человеком, который хочет предложить своему партнеру сигарету. Второй – человек, не желающий курить, он отказывается одним из способов, предложенных в памятке «50 способов сказать НЕТ». Третий участник – наблюдатель, задача которого внимательно следить за происходящим и пока ничего не комментировать. Необходимо проиграть ситуацию отказа (закрепление навыка).

Обсуждение: Что увидел наблюдатель? Какой способ использовал отказывающийся? Насколько эффективен был данный способ? Трудно ли было отказывать?

5. Завершение работы - заполнение анкеты (см. занятие 1). Ритуал прощания.

Занятие 8.

Цель занятия: развитие навыков уверенного отказа от предложения употребления ПАВ.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Нежелательные действия» (15 мин). «На прошлом занятии мы с вами проигрывали упражнение «Давай покурим!». Сегодня я предлагаю вам несколько расширить тему». Попросите участников привести примеры, когда их (или друзей, одноклассников) просили или принуждали закурить, выпить, попробовать наркотики.

Обсуждение: Кто предлагал (взрослые, сверстники, знакомые, незнакомые люди)? Какую цель преследовал

предлагающий? Удалось ли отказаться? Кому труднее всего отказывать в просьбе? Чьему давлению тяжелее сопротивляться?

Причины употребления желательно зафиксировать на доске или листе ватмана. Постараться в процессе диалога с подростками показать, что последствия употребления ПАВ гораздо быстрее «сломают жизнь» человеку, нежели последствия отказа.

3. Разминка «Броуновское движение» (5-7 мин.).

Обсуждение: Каковы ощущения участников? Их самочувствие в процессе упражнения? Насколько комфортно они себя чувствовали?

Далее желательно показать, что любой человек – это не молекула, которая движется хаотично, подвергаясь влиянию окружающего мира. У каждого человека есть выбор в жизни, право и возможность выбирать «свою траекторию развития».

4. Мини-лекция «Психоактивные вещества: зависимость и её последствия» (15 мин.) (приложение 8). В процессе представления информации выяснить насколько осведомлены подростки о данной проблеме.

5. Домашнее задание «Пробелы знания». Предложить подросткам подумать о том, какая информация им нужна по данному вопросу, от кого они хотели бы её получить и в какой форме (письменно, можно анонимно).

6. Завершение работы - заполнение анкеты (см. занятие 1). Ритуал прощания.

Занятие 9.

Цель занятия: отработка навыков уверенного отказа от предложения употребления ПАВ.

1. Ритуал приветствия.

2. Работа с домашним заданием (5-7 мин). Участники сдают листы «Проблемы знания». При желании подростков можно обсудить их предложения по данному вопросу.

3. Упражнение «Такое со всяким может случиться!» (приложение 9) (15 мин). Участникам предлагается разбиться на подгруппы и разыграть предложенные ситуации (на карточках уже предложены фразы отказа, но ребята могут придумать свои) (приложение 6).

4. Упражнение «Правила уверенного отказа» (раздаются участникам на листах) (10 мин.). Участникам предлагается прочитать и обсудите их.

- *Если хотите в чем – либо отказать человеку, четко и однозначно скажите ему «НЕТ». Объясните причину отказа, но не извиняйтесь слишком долго.*

- *Отвечайте без паузы – так быстро, как только это вообще возможно.*

- *Настаивайте на том, чтобы с вами говорили честно и откровенно.*

- *Попросите объяснить, почему вас просят сделать то, чего вы делать не хотите.*

- *Смотрите на человека, с которым говорите. Наблюдайте, есть ли в его поведении какие – либо признаки неуверенности к себе. Следите за его позой, жестами, мимикой (дрожащие руки, бегающие глаза, дрожащий голос и т.д.).*

- *Не оскорбляйте и не будьте агрессивными.*

5. Упражнение «Просьба» (10 мин).

«Представьте себе такую ситуацию. Сергей шел по улице. Вдруг его кто-то окликнул. Он оглянулся и увидел хорошо одетого, солидного мужчину, стоящего около дорогой иномарки. Сергей остановился и подошел к нему.

Мужчина попросил юношу отнести и передать какую – то коробку в офис, находящийся в доме напротив. Сергей стал отказываться, тогда мужчина стал его уговаривать. Сначала он предложил ему за услуги деньги, потом стал нервно объяснять, почему он сам не может ее отнести. Когда он разговаривал с Сергеем, он старался не смотреть ему в глаза».

Обсуждение: Что, на ваш взгляд, следует сделать молодому человеку? Какие варианты отказа вы можете предложить? Что бы вы сделали на месте Сергея?

6. Домашнее задание – придумать для каждого участника по 3 качества, помогающих успешно выходить из сложных ситуаций. Записать эти качества на именном листе.

7. Завершение работы - заполнение анкеты (см. занятие 1). Ритуал прощания.

Занятие 10.

Цель занятия: подведение итогов, обобщение результатов работы.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Мои ресурсы» (20 мин) – работа с коллажем.

Участникам тренинга предлагается выделить и изобразить на листе ватмана факторы, способствующие преодолению жизненных трудностей:

- внутренние: личностные, интеллектуальные волевые качества, знания, умения, жизненный опыт;
- внешние: место жительства, материальные возможности, место учебы и т.п.;
- социальные: люди – родители, друзья, одноклассники, учителя и т.п.

Обсуждение строится как экскурсия: группа перемещается от одной композиции к другой, а автор-участник является экскурсоводом по «своему миру».

3. Упражнение «Чемодан в дорогу» (5 мин.). Группе предлагается разложить листы с домашним заданием в конверты (с подписанными именами). Конверты вскрываются дома.

4. Групповая дискуссия «Шляпы» (15 мин). Участники разбиваются на 4 группы и с помощью жеребьевки вытягивают «цвет шляпы». Каждая подгруппа должна подготовить отзыв о прошедшем тренинге, исходя из цвета шляпы:

Зеленая шляпа. Описать тренинг с позиции разума: какие знания и умения дал тренинг? Что представляется полезным? Как в жизни можно использовать полученные знания и умения?

Красная шляпа. Описать тренинг с позиции чувств и эмоций: Что вызвало положительные эмоции, а что отрицательные? Какие упражнения вызвали наибольший эмоциональный отклик?

Черная шляпа. Участники имеют возможность отметить бесполезные, скучные, неинтересные моменты тренинга. Что можно изменить, сделать по-другому?

Белая шляпа. Участникам тренинга предлагается выделить положительные моменты: что наиболее понравилось, было полезным? В чем видят основные достижения лично для себя?

5. Завершение работы - заполнение анкеты обратной связи по тренингу.

1. На этом тренинге я

2. Основное чему я научился на занятиях

3. Больше всего мне запомнилось

4. Мне не очень понравилось, что на тренинге

5. Я бы хотел(а), чтобы при проведении следующих тренингов ведущий

6. Думаю, что после тренинга изменится

7. Мне больше всего понравилось на тренинге

Ритуал прощания.

Приложения к тренингу

Приложение 3.1

ТЕСТ «НАСКОЛЬКО ВЫ ПОДВЕРЖЕНЫ ЧУЖОМУ ВЛИЯНИЮ?»

Инструкция: Вашему вниманию предлагается несколько вопросов. Ответьте на них утвердительно (да) или отрицательно (нет). Помните, что нет правильных или неправильных ответов, пишите первую мысль, что пришла Вам в голову.

1. Когда вам захочется сказать что-то неприятное, задумываетесь ли вы над тем, что можете обидеть собеседника?

2. Когда вы опаздываете в школу, стараетесь ли вы войти так тихо, чтобы вас не заметили?

3. Просите ли вы товарища сделать за вас то, что вы боитесь сделать сами?

4. В спортивных или настольных играх считает ли вы, что лучше честно проиграть, чем нечестно победить?

5. Когда вы пытаетесь над кем-нибудь подшутить, сразу ли человек понимает, чьих это рук дело?

6. Можете ли вы сказать заведомо неправду, чтобы спровоцировать человека на откровенность?

7. Умеете ли вы в школе списывать у соседа так, чтобы он ничего не заметил?

8. Всегда ли вы находите способ, чтобы получить то, чего вам очень хочется?

9. Умеете ли вы схитрить так, чтобы никто не заметил?

Ключ к тесту: Поставьте себе один балл за положительные ответы на вопросы 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9 и один балл за отрицательные ответы на вопросы 1, 4.

Результаты:

Более 6 баллов: Вы обладаете огромным запасом хитрости. Нет ничего, чего бы вы не могли добиться. Вас не проведешь! Но хитрость и недоверчивость часто ведут к неискренности и доле неоправданного недоверия в общении с людьми. Наверное, можно иногда быть чуть-чуть более открытым.

3 - 6 баллов: Вы, безусловно, умны, обмануть вас нелегко. Вы не любите говорить неправду, что хорошо. Откровенность сближает людей.

Менее 3 баллов: Вы, к сожалению, весьма наивны, и вас легко ввести в заблуждение. Наверное, вы часто бываете, рассеяны, и этим даете повод для шуток своим знакомым.

Приложение 3.2

МИНИ-ЛЕКЦИЯ: «Манипуляции в нашей жизни»

ПЛАН:

1. Определение понятия «манипуляция».
2. Формы манипуляции.
3. Виды манипуляций.
4. Противодействие психологической манипуляции

Манипуляция — один из способов управления людьми путем создания иллюзий или условий для контролирования поведения. Это воздействие направлено на психические структуры человека, осуществляется обычно в скрытой форме. Основная цель - изменение мнений, побуждений и целей людей в нужном некоторой группе людей направлении

Хочется сказать, что манипуляция тождественна обману, лжи, подаче заведомо ложной информации. Манипуляция - это именно стремление управлять другим человеком (его мышлением, поведением, взглядами, вкусами, ценностями) без его ведома (то есть неосознанно для него) и ему во вред. Это важное дополнение. Если человек осознаёт манипуляцию, то она невозможна. Кстати, вот вам единственный способ избегать любых манипуляций в свой адрес - это осознавать их.

Цель манипулятора

Цель тех, кто желает манипулировать сознанием других — дать объектам такую информацию, которую они заведомо готовы слушать, принимать и действовать в соответствии с этой информацией. Это направление действия очень выгодно манипуляторам. А значит, это окажет воздействие и на поведение, причем объекты будут уверены, что поступают в полном соответствии с собственными желаниями. Целью манипулятора является мягкое подведение объекта к выбору. Этот выбор является несвободным и неосознанным.

Предпосылки манипуляции

Условие успешной манипуляции заключается в том, что в подавляющем большинстве случаев преобладающее большинство граждан не тратит время и силы для проверки различного рода информации, в частности

предоставляемую СМИ, знакомыми, авторитетными людьми и т.п.

Жертвой манипуляции человек может стать лишь в том случае, если он выступает как соавтор, соучастник. Манипуляция рассматривается не как насилие, а скорее как соблазн к осуществлению какого-либо действия (либо бездействия).

В зависимости от эмоций, которые появляются у объекта манипулирования, можно выделить **формы манипуляций**:

- *положительные формы:*

- заступничество,
- успокаивание,
- комплимент,
- невербальные заигрывания (обнимание, подмигивание),
- сообщение хороших новостей,
- общие интересы...

- *отрицательные формы:*

- деструктивная критика (высмеивание, критика личности и поступков),
- деструктивная констатация (негативные факты биографии, намеки и упоминания о прошлых ошибках),
- деструктивные советы (рекомендации по изменению позиции, способа поведения, запугивающие повеления и указания).

Попробуем выделить некоторые **виды манипуляций**, предлагаю рассмотреть следующую классификацию:

1) Манипуляции в бизнесе (имеется в виду ситуации, когда мы выступаем как потребители чьей-то продукции);

2) Манипуляции в коллективе (имеется в виду коллектив сослуживцев, отношения начальник-подчинённый, коллектив друзей);

3) Манипуляции в семье (отношения супругов, родственников, влюблённых);

4) Манипуляции в воспитании и образовании;

5) Манипуляции в СМИ;

6) Манипулирование в общественной жизни (политика, общественно-социальные вопросы).

В рамках данного тренинга мы более подробно рассмотрим манипулирование в рамках межличностного взаимодействия, прежде всего в отношениях со сверстниками, возможно, родителями. Однако, я надеюсь, что навыки, которые будут отработаны нами в процессе работы пригодятся при распознавания манипулирования и в других сферах.

Методы манипуляции

Чаще всего выделяются следующие:

1. Использование внушения.

2. Перенос частного факта в сферу общего, в систему.

3. Использование слухов, домыслов, толкований в неясной политической или социальной ситуации.

4. Метод под названием «нужны трупы».

5. Метод «страшилок».

6. Замалчивание одних фактов и выпячивание других.

7. Метод фрагментации.

8. Многократные повторы или «метод Гейббельса».

9. Создание лжесобытий, мистификация.

Противодействие психологической манипуляции

Одной из форм противодействия манипуляции личностью является критический анализ поступающей информации, организация получения информации из разных источников.

Способов ответа на манипулирование (психологической самообороны) несколько:

- Внешнее согласие (начать с того, с чем согласен, можно даже привести аргумент в пользу слов оппонента). Состоит в том, что адресат выделяет из речи манипулятора те положения, с которыми может согласиться. Остальную информацию пропускает «мимо ушей», либо перефразирует её.

- Перефразирование «-» в «+», констатация фактов. Как правило, применяется при манипуляциях отрицательной формы (вызывающих отрицательную эмоцию у объекта манипулирования).

- Изменение темы разговора, оттягивание окончательного ответа (принять информацию к сведению и отложить решение на завтра, «утро вечера мудренее»).

- Игнорирование отрицательной оценки или отказ от ответа (например: «не буду отвечать на эту реплику, ответить на неё — значит унизиться самому»; «этот вопрос я обойду молчанием...» и т.п.).

Приложение 3.3

МАТЕРИАЛЫ К УПРАЖНЕНИЮ «ЗИГЗАГ УДАЧИ»

Подгруппа 1

Ситуация 1.1. «Сто тысяч человек в день пользуются сетью наших магазинов. Присоединяйтесь!»

Ситуация 1.2. «По результатам опроса, за этого политика собираются проголосовать 75% избирателей. Выбор за вами!»

Ситуация 1.3. «В нашей компании все уже пили пиво и «забывали косячок»! А ты что? Слабо?»

Комментарий:

Преувеличение типичности поведения. Большинству людей свойственно присматриваться к окружающим и стараться вести себя так же, как они, делать то, что принято. Не все хотят быть «белой вороной». Поэтому когда человека хотят склонить к определенному типу поведения, то ему обычно представляют данное поведение как широко распространенное, типичное для многих.

Ссылки на авторитеты. Людям свойственно прислушиваться к мнению тех, кто хорошо известен, достиг определенного веса в обществе, обладает какими-либо важными знаниями и т.п. Естественно, манипуляторы злоупотребляют этим: демонстрируют ложный авторитет:

- В рекламах известные актеры играют в роли врача, мастера по ремонту стиральных машин и т.п.
- В рекламах известные актеры «пропагандируют товары», которыми якобы пользуются...

Подгруппа 2

Ситуация 2.1. Бесплатная дегустация в продуктовых магазинах, после которой предлагается купить товар, который человек пробовал.

Ситуация 2.2. Мальчишки моют стекла у машин, стоящих на перекрестке (светофоре), а потом просят у водителей заплатить за работу, «сколько сможете».

Ситуация 2.3. Сектанты «дарят» прохожим цветные журналы с описанием своей доктрины, а потом просят о материальном пожертвовании.

Комментарий:

Злоупотребление правилами взаимного обмена. Правила хорошего тона предписывают нам отвечать взаимностью в тех ситуациях, когда нам помогают чем-

либо, оказывают услугу, делают подарок (правило взаимного обмена). Но порой нам могут сделать «подарок» или оказать непрошенную услугу специально – с целью оказать влияние, добиться от нас чего-нибудь. Ведь принимая эту «любезность», мы начинаем чувствовать себя обязанными и нам становится «неудобно» отказать тому, от кого мы этот подарок приняли.

Подгруппа 3

Ситуация 3.1. «У нас осталось всего 15 телефонов, продающихся со скидкой! Приносим извинения тем, кто не успеет их купить»

Ситуация 3.2. «Эта юбочка, к сожалению, последняя, всё уже разобрали! Это же модель из последней коллекции! Будете брать?»

Ситуация 3.3. «Экскурсионный автобус отправляется прямо сейчас, осталось всего 2 места. Торопитесь!»

Комментарий:

Создание спешки, ажиотажа. Чтобы основательно обдумать свои поступки, человеку требуется некоторое время. Так вот, времени-то его и стремятся лишить, когда хотят склонить к сомнительным действиям. Создав у человека ощущение спешки, его куда легче заставить действовать под влиянием сиюминутного импульса, а не разума. Навязывается формула: «Действуй немедленно или ты проиграешь!» Способ очень широко используется в торговле и рекламе, особенно при организации распродаж. Создается ощущение дефицита: дешевого товара осталось мало, на всех не хватит, чтобы досталось тебе – хватай немедленно!

Подгруппа 4

Ситуация 4.1

- Ты мне друг?

- Конечно, друг!

- А тогда реши за меня задачку по мат.анализу?
- ???!
- Ну, ты же сам сказал, что друг! Друзья всегда помогают друг другу!

Ситуация 4.2

- Дорогой, а ты меня любишь?
- А что?
- Нет, сначала скажи: любишь или нет?
(далее идет просьба о покупке, встрече с подругами, друзьями...)

Ситуация 4.3

- Оля, ты же хорошо рисуешь?
- Ну да, вообще неплохо. А что?
- Нарисуй стенгазету! Нашей группе в деканате поручили.
- А почему я?
- Ну, ты же сама сказала, что хорошо рисуешь!

Комментарий:

Навязывание обстоятельств. Когда человек принимает на себя какие-либо обязательства, хотя бы в общих чертах (заявляет о своей дружбе, любви, обещает помочь и т.п.), потом его гораздо легче убедить принять те детали, о которых он не знал. Ведь человеку свойственно стремление к тому, чтобы его поведение было последовательным, т.е. новые поступки вытекали из уже сделанного или сказанного. Вследствие чего манипуляторы сначала «вытягивают» обещание и далее его выполнение.

Приложение 3.4

МИНИ-ЛЕКЦИЯ: «Ассертивность. Ассертивное поведение»

ПЛАН:

1. Определение понятия «ассертивность».

2. Психологические подходы в рассмотрении термина «ассертивность».
3. Ассертивное поведение.
4. Принципы ассертивного поведения.

Концепция ассертивности оформилась в конце 50-х — начале 60-х годов XX века в трудах американского психолога А. Солтера и впитала в себя ключевые положения входившей в ту пору в моду гуманистической психологии (в частности, противопоставление самореализации и бездушного манипулирования людьми), а также транзактного анализа. **Ассертивность** – это способность человека конструктивно отстаивать свои права, демонстрируя позитивность и уважение к другим, при этом принимая ответственность за свое поведение; термин, заимствованный из английского языка, где он выступает производным от глагола assert — настаивать на своем, отстаивать свои права

Существуют как минимум **три подхода к рассмотрению ассертивности.**

- Согласно одной из концепций, ассертивность заключается в спонтанности поведения. Человек легко, не регламентируя, выражает свои чувства и желания. По мнению авторов концепции, проявление спонтанности освобождает человека от ложных авторитетов, ритуалов и условностей и предоставляет возможность быть самим собой. К сожалению, в этой концепции не может не настораживать декларация индивидуализма, которая, будучи воспринята буквально, рискует привести к печальным последствиям: человек может перестать считаться с принятыми нормами, начать вести себя исходя из собственных представлений.

- Исследователи, рассматривающие ассертивность как настойчивость, абсолютизируют значимость упорства в достижении своих целей. Данная концепция возникла как альтернатива агрессивному и пассивному поведению, модели которых свойственны многим людям с нарушенной самооценкой.

- В теории Солтера ассертивное поведение рассматривается как оптимальный, самый конструктивный способ межличностного взаимодействия в противовес двум самым распространенным деструктивным способам — манипуляции и агрессии. Ассертивность необходимо рассматривать как адекватность. В этом контексте ассертивность подразумевает, что человек в процессе взаимодействия с окружающими, прежде всего, действует сообразно обстоятельствам. В зависимости от возникшей ситуации, он реагирует на те или иные возникающие перед ним трудности гибко, варьируя свое поведение в рамках принятых в данном сообществе стандартов. Ассертивные умения согласно данной концепции, среди прочих, предусматривают умение вести себя конструктивно, не доставляя своим поведением неприятностей окружающим, умение тактично и вежливо настаивать на своем, умение принимать и предоставлять обратную связь, и, вместе с тем, умение действовать убедительно в контексте достижения поставленных целей.

Формирование *ассертивности как личностной черты* в первую очередь предусматривает, чтобы человек отдал себе отчет, насколько его поведение определяется его собственными склонностями и побуждениями, а насколько — кем-то навязанными установками. *В сфере межличностных отношений ассертивность* предполагает отказ от опоры на чужие мнения и оценки, культивирование спонтанного поведения в соответствии со

своими собственными настроениями, побуждениями и интересами.

Ассертивное поведение является наиболее эффективным стилем делового поведения. Оно основано на осознании каждым человеком своих прав и обязанностей и уважительном отношении к правам и обязанностям других. Ассертивное поведение предполагает уверенную и активную позицию как внутри сообщества, так и во внешних связях. Цели заявляются, четко и открыто отстаиваются. Ассертивное поведение ориентировано на долгосрочное сотрудничество, деловые взаимоотношения. Ключевым компонентом такого поведения является индивидуальная ответственность каждого члена коллектива.

Ассертивное поведение – это уверенное неагрессивное поведение, когда человек четко осознает собственные права и цели, но при этом так же учитывает права и цели других людей. В случае внешних контактов это дает возможность заявить о своих правах и не позволить поставить себя в неудобное положение, а внутри компании - построить общение в стиле взаимодействия равных личностей.

Вообще человеческое поведение в целом можно разделить на пассивное и активное. Пассивное характеризуется работой по принципу "от и до", ограниченной рамками установленных инструкций. Творчество и инициатива здесь нужны не особо, приветствуется четкое выполнение своих обязанностей.

Но для кого-то такой тип поведения неэффективен и даже неприемлем. Любому человеку приходится выполнять какие-либо действия, решать массу разнообразных задач, подчас нерегламентированных инструкциями. Тем более, что в настоящее время очень

ценятся люди с так называемой активной жизненной позицией.

Активное поведение подразделяется на **агрессивное, манипулятивное и ассертивное поведение**. Наиболее популярным и распространенным видом на сегодняшний день является агрессивное поведение. Однако только на короткий период, и в перспективе такая «политика» затрудняет долгосрочные отношения. Кроме того, агрессивный стиль поведения затрудняет обмен информацией, вызывает ответную агрессию или апатию.

Следующим видом стилей руководства и взаимоотношений является манипулятивное поведение. Манипуляция - это метод, при котором воздействие осуществляется скрыто. Человек проделывает что-то, не заявляя своей цели, что заставляет другого совершать определенные нужные поступки. Его плюс в том, что он позволяет добиваться своих целей за счет других людей. Однако существует опасность попадания в хитроумно расставленные сети других и самим стать объектом манипуляции. Кроме того, данный стиль поведения приводит к напряжению в коллективе: каждый становится либо манипулятором, либо манипулируемым, постоянно ждет подвоха. Это не лучшим образом складывается и на отношениях.

При ассертивном поведении человек четко осознает свои цели и права и открыто заявляет об этом, а так же отстаивает их. Кроме того, он, не нарушая прав окружающих, добивается своих целей. Главное в этом стиле - это открытость во взаимодействии.

Принципы ассертивного поведения

- *Принятие на себя ответственности за собственное поведение.* По своей сути ассертивность — это философия личной ответственности. То есть речь идет о том, что мы ответственны за свое собственное поведение

и не имеем права винить других людей за их реакцию на наше поведение.

- *Демонстрация самоуважения и уважения к другим людям.* Основной составляющей ассертивности является наличие самоуважения и уважения к другим людям. Если вы не уважаете себя, то кто тогда будет уважать вас?

- *Эффективное общение.* В данном случае главными являются три следующих качества — честность, открытость и прямота в разговоре, но не за счёт эмоционального состояния другого человека. Речь идет об умении сказать то, что вы думаете или чувствуете относительно какого-либо вопроса, не расстраивая при этом своего партнера по общению.

- *Демонстрация уверенности и позитивной установки.* Ассертивное поведение предполагает развитие уверенности и позитивной установки. Уверенность в себе связана с двумя параметрами: самоуважением и знанием того, что мы профессионалы, хорошо владеющие своим ремеслом.

- *Умение внимательно слушать и понимать.* Ассертивность требует умения внимательно слушать и стремления понять точку зрения другого человека. Все мы считаем себя хорошими слушателями, но возникает вопрос, как часто мы, слушая другого человека, переходим от фактов к предположениям, и как часто мы перебиваем других для того, чтобы побыстрее изложить свою точку зрения?

- *Переговоры и достижение рабочего компромисса.* Стремление к достижению рабочего компромисса — очень полезное качество. Подчас возникает потребность найти такой выход из сложившейся ситуации, который бы устраивал все стороны, в ней задействованные.

ТЕСТ-ОПРОСНИК «ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ АССЕРТИВНОСТИ» (модифицированный В. Каппони, Т. Новак).

Учащимся предлагается ответить на 24 вопроса:

1. Меня раздражают ошибки других людей: да, нет.
2. Я могу напомнить другу о долге: да, нет.
3. Время от времени я говорю неправду: да, нет.
4. Я в состоянии позаботиться о себе сам: да, нет.
5. Мне случалось ездить зайцем: да, нет.
6. Соперничество лучше сотрудничества: да, нет.
7. Я часто мучаю себя по пустякам: да, нет.
8. Я человек самостоятельный и достаточно решительный: да, нет.
9. Я люблю всех, кого знаю: да, нет.
10. Я верю в себя. У меня хватит сил, чтобы справиться с текущими проблемами: да, нет.
11. Ничего не поделаешь, человек всегда должен быть начеку, чтобы суметь защитить свои интересы: да, нет.
12. Я никогда не смеюсь над неприличными шутками: да, нет
13. Я всегда признаю авторитеты и уважаю их: да, нет.
14. Я никогда не позволяю вить из себя веревки и, когда это необходимо, заявляю протест: да, нет
15. Я поддерживаю всякое доброе начинание: да, нет.
16. Я никогда не лгу: да, нет.
17. Я практичный человек: да, нет.
18. Меня сильно угнетает даже представление о том, что я могу потерпеть неудачу: да, нет.
19. Я согласен с изречением: «Руку помощи ищи прежде всего у собственного плеча»: да, нет.

20. Дружья имеют на меня большое влияние: да, нет.

21. Я всегда прав, даже если другие считают иначе:
да, нет.

22. Я согласен с тем, что важна не победа, а участие:
да, нет.

23. Прежде чем что-либо предпринять, хорошенько подумаю, как это воспримут другие: да, нет.

24. Я никогда никому не завидую: да, нет.

Теперь подсчитайте количество ответов, совпадающих с ключом по следующим шкалам:

Шкала А (независимость, автономность) = -1, +6, -7, +11, -13, -18, -20, -23;

7-8 баллов – ребенок чересчур независим и не прислушивается к словам других. Эгоистичен, переоценивает себя. Попытки вести себя асертивно, часто выливаются в агрессию.

4-6 баллов – достаточно независим, но в своей независимости все же с вниманием и уважением относится к мнениям других людей. Самостоятелен, достигает желаемой цели, не причиняя вреда окружающим. Реалистично оценивает себя, что необходимого при контактах с окружающими.

0-3 балла – это означает, что ребенок очень зависим от окружающих людей, несамостоятелен и неуверен в себе. Он не способен решить свои проблемы самостоятельно, и отвечать за себя и свои поступки.

Шкала Б = +2, +4, +8, +10, +14, +17, +19, +22;
(уверенность, решительность, опора на свои силы)

7-8 баллов – Ребенок точно знает чего хочет и идет к цели, опираясь на свои собственные силы. При столкновении интересов он способен договориться и найти компромиссное решение, удовлетворяющее обе стороны. Он добивается своего, не манипулируя оппонентами посредством чувства вины или каким-либо иным способом

из разряда приемов эмоционального шантажа. Такой ребенок уверен в себе, действует четко и решительно.

4-6 баллов – характеризуется наличием ассертивности в типичных для подростка ситуациях, но малейшее изменение обстоятельств разрушает у него чувство уверенности в себе.

0-3 балла – страх перед непредвиденными ситуациями настолько велик, что даже, например, выигрывая в лото, ребенок и тут, прежде всего, испытывает какие-то сомнения, опасения.

Шкала В (социальная желательность) = -3, -5, +9, +12, +15, +16, +21, +24.

Показатель 7-8 – это неискренность или неадекватно завышенная самооценка. Но, скорее всего, попадание в такие стандартные «ловушки» свидетельствует о невысоком социальном интеллекте – он не схватывает провокационную сущность вопросов. Такой ребёнок наивно пытается скрыть свою заниженную самооценку, поскольку в его представлении – это плохо. А быть правильным и уверенным – хорошо. То есть, это явное проявление социальной желательности.

Если же это действительно неадекватно завышенная самооценка, то это тем более показатель низкого социального интеллекта, что может проявляться в неадекватной самоуверенности. Чтобы выяснить, что же это всё-таки с конкретным ребёнком – нужна беседа, наблюдение, информация и другие методики.

Но такой результат – это сигнал для дальнейшей работы – диагностической, а затем и коррекционной или развивающей. Обнаружение таких детей (7-8 баллов по шкале В – уже хороший результат работы. Ведь это, фактически, экспресс-диагностика группы риска.

Показатели от 3 и до 6 баллов – свидетельствуют о промежуточной позиции ребёнка относительно тех

крайних значений и их интерпретации, которые уже описаны.

Показатель 0-2 балл демонстрирует правдивость, искренность и только. Либо хороший социальный интеллект, поскольку такой ребёнок определяет ловушки и понимает, что попадаться в них – глупо.

Приложение 3.6

ПРАВИЛА АССЕРТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

1. Я имею право оценивать собственное поведение, мысли и эмоции и отвечать за их последствия. Предубеждение: Я не должен бесцеремонно и независимо от других оценивать себя и свое поведение. В действительности оценивать и обсуждать мою личность во всех случаях должен не я, а кто-то более умудрённый и авторитетный.

2. Я имею право не извиняться и не объяснять своё поведение. Предубеждение: Я отвечаю за свое поведение перед другими людьми, желательно, чтобы я отчитывался перед ними и объяснял все, что я делаю, извинялся перед ними за свои поступки.

3. Я имею право самостоятельно обдумать, отвечаю ли я вообще или до какой-то степени за решение проблем других людей. Предубеждение: У меня больше обязательств по отношению к некоторым учреждениям и людям, чем к себе. Желательно пожертвовать моим собственным достоинством и приспособиться.

4. Я имею право изменить своё мнение. Предубеждение: В случае, если я уже высказал какую-то точку зрения, не надо ее никогда менять. Я должен был извиниться или признать, что ошибался. Это бы означало, что я не компетентен и не способен решать.

5. Я имею право ошибаться и отвечать за свои ошибки. Предубеждение: Мне не положено ошибаться, а если я сделаю какую-то ошибку, я должен чувствовать себя виноватым. Желательно, чтобы меня и мои решения контролировали.

6. Я имею право сказать: «я не знаю». Предубеждение: Желательно, чтобы я смог ответить на любой вопрос.

7. Я имею право быть независимым от доброжелательности остальных и от их хорошего отношения ко мне. Предубеждение: Желательно, чтобы люди ко мне хорошо относились, чтобы меня любили, я в них нуждаюсь.

8. Я имею право принимать нелогичные решения. Предубеждение: Желательно, чтобы я соблюдал логику, разум, рациональность и обоснованность всего, что я совершаю. Разумно лишь то, что логично.

9. Я имею право сказать: «я тебя не понимаю». Предубеждение: Я должен быть внимателен и чувствителен по отношению к потребностям окружающих, я должен «читать их мысли». В случае, если я это делать не буду, я безжалостный невежда и никто меня не будет любить.

10. Я имею право сказать: «меня это не интересует». Предубеждение: Я должен стараться внимательно и эмоционально относиться ко всему, что случается в мире. Наверное, мне это не удастся, но я должен стараться этого достичь изо всех сил. В противном случае, я черствый, безразличный.

Приложение 3.7

**ОСНОВНЫЕ ПРАВА КАЖДОГО
ЧЕЛОВЕКА**

- Быть принятым как равный, независимо от пола, расовой и национальной принадлежности, возраста и физического состояния.
- Чувствовать уважение к себе.
- Принимать решение о том, как проводить время.
- Просить о том, в чем есть необходимость.
- Спрашивать мнение о своей производительности труда, поведении, облике.
- Быть выслушанным и воспринятым всерьез.
- Иметь свое мнение.
- Придерживаться определенных политических взглядов.
- Плакать.
- Делать ошибки.
- Говорить «нет», не испытывая чувства вины.
- Отстаивать свои интересы.
- Устанавливать свои приоритеты.
- Выражать свои чувства.
- Говорить «да» самому себе, не чувствуя себя эгоистом.
- Менять свое мнение.
- Иногда терпеть неудачу.
- Говорить «я не понимаю».
- Делать заявления, не требующие доказательств.
- Получать информацию.
- Иметь успех.
- Отстаивать свою веру.
- Придерживаться собственной системы ценностей.

- Брать время на принятие решений.
- Принимать на себя ответственность за собственные решения.
- Иметь личную жизнь.
- Признаваться в незнании.
- Меняться/развиваться.
- Выбирать, включаться или нет в проблемы других людей.
- Не нести ответственности за проблемы других людей.
- Заботиться о себе.
- Иметь время и место для уединения.
- Быть индивидуальностью.
- Запрашивать информацию у профессионалов.
- Не зависеть от одобрения других людей.
- Самому судить о собственной значимости.
- Выбирать, как поступать в складывающейся ситуации.
- Быть независимым.
- Быть собой, а не тем, кем хотят видеть окружающие.
- Не оправдываться.

Приложение 3.8

МИНИ-ЛЕКЦИЯ: «Психоактивные вещества: зависимость и её последствия»

ПЛАН:

1. Определение понятия «ПАВ». Злоупотребление и зависимость.
2. Алкоголизм, наркомании, токсикомании.

3. Причины употребления ПАВ.
4. Последствия употребления ПАВ.
5. Признаки употребления наркотиков у подростка.

Под психоактивным веществом понимают любое химическое вещество, способное при однократном приеме изменить настроение, самоощущение, восприятие окружающего, физическое состояние, поведение и другие психофизические эффекты, а при систематическом приеме вызывать психическую или физическую зависимость.

Каждая культура имеет свои психоактивные вещества - одно или многие, потребление которых может быть распространено среди значительной части населения и в определенных социальных рамках приемлемое большинством. К таким психоактивным веществам в странах европейской культуры относится, например, алкоголь, в странах Востока опиум и гашиш. Злоупотребление психоактивными веществами встречается у представителей любых слоев общества. Вещества подобного рода оказывают успокаивающий, эйфоризирующий, снотворный, обезболивающий, возбуждающий или другой, субъективно приятный, эффект.

Степень употребления психоактивных веществ может быть различной - от злоупотребления до зависимости. **Злоупотребление психоактивным веществом** - это употребление, приводящее к нежелательным последствиям, например, к социальным, трудовым проблемам, опасным для жизни ситуациям и т.п.. Это этап, когда еще не сформировалась зависимость, а потребление психоактивного вещества не носит систематического характера, хотя вещество принимается

не с медицинской целью, а для достижения эйфории, изменения психического состояния.

Злоупотребление психоактивными веществами констатируется в том случае, если в течение последних 12 месяцев обнаруживается один или несколько из следующих признаков:

1) Постоянное употребление веществ, препятствует выполнению учебных или домашних обязанностей.

2) Постоянный прием веществ в ситуациях, в которых они представляют опасность для здоровья человека.

3) Неоднократное совершение противозаконных действий, обусловленное приемом веществ.

4) Несмотря на то, что этими веществами вызываются или усиливаются временные или длительные социальные или межличностные проблемы, их прием не прекращается.

Зависимость от психоактивного вещества может быть психической и физической. Основным проявлением *психической (психологической) зависимости* является обсессивное (психическое) влечение, которое характеризуется постоянными или периодическими настойчивыми поисками вещества. Оно выражается в постоянных мыслях о нем, подъеме настроения в предвкушении приема его, чувстве подавленности, неудовлетворенности в отсутствии его. Психическое влечение определяет настроение человека. Психическое влечение меняет социальную ориентацию человека, перестраивает его межличностные отношения.

Одним из основных проявлений *физической (физиологической) зависимости* является компульсивное влечение, отмечается повышение толерантности, то есть необходимостью принимать нарастающие дозы вещества. Компульсивное влечение - это непреодолимое влечение к

ПАВ. Оно столь интенсивно, что вытесняет витальные влечения (голод, жажду, сексуальное влечение). Оно составляет все содержание сознания человека в момент его возникновения. Оно не только определяет умонастроение и аффективный (эмоциональный) фон человека, но и диктует поведение, подавляет и устраняет критику и контроль.

Для постановки диагноза необходимо, чтобы на протяжении *12 месяцев* соблюдались по крайней мере *три* из перечисленных ниже критериев:

1. Развитие толерантности, констатируемое на основании:

а) потребности в заметном увеличении дозы для достижения желаемого эффекта или определенного уровня интоксикации;

б) явного ослабления действия при последующем приеме той же дозы.

2. Наличие симптомов абстиненции, характеризующихся одним из следующих пунктов:

а) характерным абстинентным синдромом при прекращении приема соответствующего вещества;

б) приемом того же самого (или очень сходного) вещества, чтобы смягчить абстинентные симптомы или избежать их.

3. Вещество принимается дольше и в больших дозах, чем намеревалось.

4. Безуспешные попытки снизить дозировку или проконтролировать прием веществ.

5. Индивид затрачивает много времени и усилий, чтобы достать вещество (например, посещает различных врачей или совершает длительные поездки), употребить его (например, становится заядлым курильщиком) или на то, чтобы прийти в себя после его воздействия.

6. Отказ от важной социальной, профессиональной или досуговой активности или ее ограничение из-за злоупотребления веществом.

7. Постоянное злоупотребление веществом, несмотря на осознание того, что социальные, психологические или физические проблемы, возникающие или усиливающиеся из-за злоупотребления веществом, продолжают возникать и накапливаться.

Алкоголизм, наркомании, токсикомании — это прогрессирующие психические расстройства, возникающие в результате систематического злоупотребления алкоголем, наркотическими средствами или другими психоактивными средствами и характеризующиеся формированием большого наркоманического синдрома, абстинентными нарушениями и специфическими изменениями личности.

Различаются: хронический алкоголизм; дипсомания (эпизодическое употребление); лекарственное пристрастие.

По определению ВОЗ зависимость (нарко и токсикомания) - это состояние периодической или хронической интоксикации, вызываемое употреблением естественного или синтетического вещества, характеризующееся следующими признаками:

-овладевающее желание (обсессия) или неодолимое влечение (компульсия) продолжать употребление данного вещества, добывая его любыми путями,

-тенденция увеличивать дозу (рост толерантности),

-возникновение личных или социальных проблем, обусловленных злоупотреблением.

В МКБ-10 к психоактивным средствам относятся: алкоголь, производные опия, каннабис (гашиш), седативные и снотворные средства, кокаин, стимуляторы ЦНС, включая кофеин, галлюциногены, табак, летучие растворители. В Российской психиатрии традиционно

зависимость от алкоголя и табака не относится к нарко- и токсикоманиям.

Назовите мне причины употребления ПАВ.

Помимо основных факторов (наследственная предрасположенность и среда), необходимо рассмотреть типичные ситуации, при которых происходит первое знакомство с ПАВ.

1. *Любозытство* - некий побудительный мотив, в том числе и для будущих наркоманов. Это совершенно неоправданный риск, поскольку *никто не знает заранее, как организм отреагирует на наркотик.*

2. Потребность *поддержать компанию* и не показаться старомодным, несовременным. Это очень опасный и в высшей степени рискованный эксперимент.

3. Некоторые люди в силу индивидуальных особенностей *испытывают необходимость в употреблении* наркотического вещества не только из-за психической, но и из-за физиологической зависимости, которая приводит к полной деградации личности и неизбежной гибели человека.

Какой ущерб человеку наносит употребление наркотиков?

- Систематическое употребление ПАВ для подростка неизбежно приводит к развитию непреодолимой зависимости, как психической, так и физиологической. Это происходит практически сразу.

- Употребление наркотика отрицательно сказывается на становлении личности молодого человека, его учебе и карьере. Всегда чревато разрушением здоровья в молодом возрасте.

- Употребление наркотиков создает реальные предпосылки для отчуждения от сверстников, отдаления от прежних друзей.

- Наркомания, как правило, сопровождается воровством, обманом, проституцией и реальным преступлением.

- Любой наркотик оказывает более сильное воздействие на неокрепший организм молодого человека по сравнению со взрослым и этим причиняет подростку еще больший вред.

Как понять, что друг, одноклассник или сверстник начал употреблять наркотики?

Наиболее характерные признаки:

- неожиданное снижение успеваемости с пятерок и четверок на тройки и даже двойки;

- частые прогулы занятий, чего раньше не замечалось;

- снижение интереса к учебе и частые конфликты в школе;

- нежелание придерживаться установленных правил поведения в школе и дома;

- раздражительность, нервозность, замкнутость, скрытность;

- появление новой компании, отрицательное отношение к старой;

- появление ограниченности интересов;

- постоянная потребность в деньгах на карманные расходы;

- частое отсутствие дома;

- появление меток от уколов в области расположения артерий локтевого сустава или по ходу артерий верхней конечности;

- блеск в глазах.

Приложение 3.9

МАТЕРИАЛЫ К УПРАЖНЕНИЮ «ТАКОЕ
МОЖЕТ СО ВСЯКИМ СЛУЧИТЬСЯ!»

Ситуация 1.

Привет! Присоединяйся к нашей компании. У нас есть кое – что выпить.

Да ну! Сейчас по телевизору начинается классный фильм, пойдем лучше посмотрим.

Нет, спасибо, мне сейчас нужно идти на тренировку (на встречу, на занятия).

Ситуация 2.

Давай покурим. Чего ты боишься? Сейчас только младенцы не курят. Ты что салага?

Нет, не хочу. Кстати, большинство людей как раз не курят.

Нет, спасибо. Мне совсем не нравится запах табака. Меня от него просто тошнит.

Ситуация 3.

Пойдем со мной в гости. Ребята обещали принести наркотики. В жизни надо попробовать все. Не упрямясь.

Нет, это не по мне. Плохое место. Я не хочу, чтобы обо мне говорили, что я наркоман.

Ты шутишь! Такие эксперименты всегда заканчиваются плохо. Я хочу оставаться здоровым.

Ситуация 4.

Хочешь выпить?

Нет, спасибо, от вина люди перестают соображать и совершают глупые поступки.

Нет, спасибо, от вина у меня болит голова.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Классный час «Обижая других, мы не становимся счастливее...»

Цель: формирование доброжелательных взаимоотношений в объединении.

Задачи:

1. Анализ собственного поведения по отношению к другим людям.

2. Формирование навыков работы в команде.

Оборудование: листы для ответов на вопросы анкеты; листы и маркеры для ведения записей ведущему; листы и маркеры для работы в группах; «волшебные предметы» – зеркальце, палочку.

Столы и стулья в классе расставлены так, чтобы легко можно было объединяться для работы в парах, в группах, сесть в круг.

Ход занятия

1. Педагог предлагает всем ответить на вопросы анкеты «Знаешь ли ты?». Если ребенок знает ответ на вопрос, он записывает номер этого вопроса. Если же не знает, то записывает номер этого вопроса и обводит его кружком.

Возможные вопросы:

1. Где живет сосед (ка) по парте?
2. Есть ли у него (нее) брат, сестра?
3. Когда у него (нее) день рождения?
4. Есть ли у него (нее) дома какие-либо животные?
5. Любимые его (ее) школьные предметы (уроки)?
6. С кем он (она) дружит в классе?
7. С кем он (она) дружит во дворе?

Сравни, чего больше: ответов с кружочками или без. Какой вывод можно сделать? Достаточно ли мы внимательны друг к другу?

2. Какие качества мы ценим в людях, в своих, в друзьях? Ребята называют различные качества. Желательно записывать их на доске или на специально подготовленном листе бумаги яркими маркерами.

Для обсуждения следующего вопроса педагог предлагает разделить лист на две части:

Я	Мой (я) сосед (ка)

Подумайте, какие качества вы особенно цените в своем соседе. Запишите их в части листа «Мой сосед». Теперь подумайте о себе: за какие качества уважают вас другие? Запишите их в части листа «Я». Теперь сравним. Есть ли совпадения? Как много? Что это может означать? Какие выводы сделаем?

3. Как можно обидеть сверстника?

Вспомните сегодняшний день в школе (минутка тишины). Вы сегодня кого-то обидели? Вспомните, попросили ли вы прощения? Часто мы это делаем? А кому легче попросить прощения: слабому духом человеку или тому, кто уверен в своих силах? Извинение унижает или возвышает человека?

Обсуждение данных вопросов не требует ответов от каждого. Высказываются только желающие. Возможно, по некоторым из них никто не выскажется, тогда они останутся для самостоятельного размышления или обсуждения с родителями

4. Далее педагог организует работу в группах по 4 человека (объединяются соседи двух парт). Им предлагается обсудить и предложить решения для некоторых конфликтных ситуаций из жизни класса (по 2- 3 ситуации в группе).

Примерные ситуации для обсуждения:

1. Ты нечаянно, но сильно толкнул сверстник...

2. Кто-то случайно наступил тебе на ногу. Тебе больно...

3. Тебя посадили рядом с тем, кто тебе не очень симпатичен...

4. Ты бегал, смахнул вещи другого. Что будешь делать?

5. Ты услышал, что кто-то тебя обидно обозвал.

6. Друг говорит тебе: «Я плохо себя чувствую...»
Что ты ответишь? Как поступишь дальше?

7. Кто-то из друзей долго болеет (лежит в больнице, уехал на длительное время в санаторий во время учебного года)...

5. Давайте теперь подумаем, что (за сегодняшний день, неделю...) вы сделали хорошего для своих друзей, для своих близких?

Педагог предлагает взглянуть в волшебное зеркальце со словами: Свет мой, зеркальце, скажи! Мне всю правду расскажи, Чем я ребятам интересен? Чем же ребятам я полезен? Держа зеркальце, дети по очереди рассказывают о своих хороших делах. Если кто-либо из детей затрудняется рассказать о себе, то в зеркальце может «заглянуть» сам педагог и помочь «увидеть» положительный поступок ребенка. Возможен вариант, когда ребята будут говорить друг о друге.

6. Работа в группах: разрабатываем законы общения в объединении. Каждая группа выступает. Предложенные законы помещаются в уголок объединения.

7. Час общения может быть завершён кругом общения. Все ребята встают (или садятся) в круг. Педагог предлагает продолжить фразу: «Если бы у меня в руках оказалась волшебная палочка, я бы для своего соседа (соседки) по парте пожелал...».

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Занятия для участников подросткового психологического клуба

Цель коррекционной программы: коррекция девиантного поведения подростков посредством групповой работы

Задачи коррекционной программы:

1. Снизить тревожность и повысить уровень уверенности в себе у подростков за счет развития толерантности и способности к эмпатии, осознания собственной индивидуальности.

2. Выработать взаимопонимание и взаимоуважение прав и потребностей друг друга.

3. Сформировать готовность у всех субъектов образовательного процесса обсуждать с подростками все спорные и конфликтные ситуации в школе и семье.

4. Ознакомить подростков с понятием «девиантное поведение», его видами, причинами и способами борьбы с его проявлениями.

5. Обучить способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов.

6. Сформировать позитивную моральную позицию жизненных перспектив.

Длительность программы: 20 занятий, 2-3 раза в неделю, продолжительностью 40-45 минут.

Содержание программы

Занятие 1.

Цель: установление эмоционального контакта с участниками группы, ознакомление с правилами работы в группе.

1. Правила группы.

Приходить на занятия группы нужно вовремя.

Каждый участник группы имеет право выступить.

В группе все обязаны относиться друг к другу с уважением: пытаться не давать оценок, быть искренними в своих чувствах.

Во время занятий не допускаются насмешки друг над другом. Каждый защищен от физического насилия.

У каждого есть право сказать “нет” или “пропускаю”. Но прежде подумать: “Если я скажу “нет”, может, я потеряю единственную возможность узнать что-то важное про себя”.

Каждый имеет право покинуть группу, но "обратной дороги" нет. Если обстоятельства вынуждают преждевременно прекратить занятия, важно сказать об этом другим членам группы.

2. «Нетрадиционное приветствие».

Участниками придумывается, какое-либо приветствие, которое будет использоваться в начале каждого занятия.

3. «Обмен мнениями»

Группа делится на тройки и рассаживается в кружки. Расстояние между микрогруппами не менее 1,5–2 метров. Инструкция участникам: “В группе выберете того, кто будет начинать упражнение. В кругу последовательно Вам необходимо обмениваться предложениями. Начинать фразу нужно с определенных слов, которые сейчас будут названы. Упражнение состоит из трех серий, начинать или заканчивать которые необходимо только по команде.

Серия 1. Раньше Я ...

Серия 2. На самом деле Я ...

Серия 3. Скоро Я ...

4. Рефлексия.

Что было трудно? Что понравилось? Что не понравилось?

5. Ритуал прощания. «Аплодисменты по кругу».

Ведущий: “Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам ритуал прощания, а точнее окончания занятия, в ходе которого аплодисменты сначала звучат тихо, а затем становятся все сильнее и сильнее”.

Занятие 2

Цель: внутригрупповая поддержка: открытость, доверие и сочувствие группы.

1. Ритуал приветствия. “Нетрадиционное приветствие”

2. Обсуждение домашнего задания.

Объяснить, почему эта ситуация вызывает негативные эмоции.

3. Упражнение “Якорь”. Представьте ситуацию, которая вас очень радует. Постарайтесь испытать все положительные эмоции, которые с ней связаны. В момент наибольшей радости, соедините в кольцо большой и указательный пальцы. Запомните это состояние, и в момент, когда вам особенно трудно справиться с отрицательными эмоциями, сожмите пальцы в кольцо.

4. Рефлексия.

Трудно ли было представить ситуацию. С какого момента стали понимать, что упражнение получается (не получается).

5. Домашнее задание.

Закрепление упражнения “Якорь”

Занятие 3.

Цель: усиление развития группового единства, увеличение степени самосознания и знания о других с помощью обратной связи.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Лишний стул».

Группа сидит в круге. Ведущий встает, убирает стул, на котором сидел, и объясняет условия игры: меняются местами все. К кому относится высказанное предложение. Тот, кому не досталось места, становится водящим и получает возможность предложить группе следующее условие.

Начать ведущий может с таких предложений, которые заведомо оставляют всех на своих местах, например: «Сейчас поменяются местами те, кто никогда не опаздывал на занятия».

3. Упражнение «Знакомство».

Ведущий по заранее подготовленной инструкции читает или пересказывает вопросы, помогающие членам группы больше узнать друг о друге. Перед началом игры стоит сделать акцент на том, что каждый должен отвечать на вопросы, внимательно слушать товарищей, осознавая важность и уникальность каждого присутствующего.

Примерные вопросы для ведущего:

1. Ваша любимая музыкальная группа, исполнитель?
2. Чем бы вам хотелось заниматься через пять лет?
3. Ваш любимый цвет и почему?
4. Ваше любимое время года и почему?
5. Расскажите о лучшем дне в своей жизни.
6. На какое животное вы похожи и почему?
7. Каково ваше самое раннее детское воспоминание и почему?
8. Если бы у вас было 100 тысяч рублей, что бы вы с ними сделали?
9. Какое неприятное событие в вашей жизни произвело на вас самое сильное впечатление?
10. Есть ли у вас хобби? Расскажите о нем.

11. Какой стиль одежды вы предпочитаете и почему?

12. Назовите, пожалуйста, одну причину, по которой вам хочется находиться в группе, и одну причину, по которой не хочется быть здесь.

13. Ваш любимый фильм?

14. Человек, о котором я узнал сегодня больше всего, это...

15. Человек в этой группе, с которым я бы мог провести много времени на необитаемом острове, это... Почему?

16. Самый жизнелюбивый человек в этой группе – это...

17. Человек в этой группе, о котором мне хотелось узнать побольше, это...

18. Что я жду от занятий?

4. Ритуал прощания.

Занятие 4.

Цель: отработка навыков эмпатии, слушая партнера; уменьшение чувства изоляции благодаря обмену обратной связью с членами группы.

1. ритуал приветствия.

2. Упражнение «Добрые слова».

Какой-либо предмет (игрушка, сувенир, мяч, и т.п.) передается по кругу с добавлением дружеских слов, приветствий, комплементов.

3. Упражнение «Светлые надежды, темные опасения».

Рабочие материалы: рабочий бланк «Светлые надежды, темные опасения», карандаши или ручки.

Ведущий раздает участникам рабочие материалы и предлагает им вспомнить их самые заветные мечты и опасения, а затем записать их на бланке. После того как

каждый закончит работу, участников разбивают на пары и каждая пара обсуждает свои записи, задает друг другу вопросы для более полного понимания. Затем собирают всех участников, и каждый член группы рассказывает о работе своего партнера в общем кругу. Группа может задавать вопросы, уточнять, но только у того, кто представляет работу, а не у автора. Далее автор сам рассказывает о своей работе. После этого вызывают следующего участника, и так по кругу.

В заключение можно задать несколько вопросов и обсудить их:

1. Насколько похожи высказанные надежды и опасения?
2. Насколько важно понимать точку зрения других людей?
4. ритуал прощания

Занятие 5.

Цель: Составление представления о важности доверия в группе.

1. ритуал приветствия.

2. Упражнение «Договоримся без слов».

Ведущий объясняет правила игры: по сигналу все члены группы «выбрасывают» от одного до пяти пальцев. Задача — показать одновременно всем одинаковое количество пальцев. Договариваться с помощью слов в игре запрещено. Ведущий считает количество попыток. В результате обсуждения выявляется, что мешает и что помогает договориться.

3. Упражнение «Слепой и поводырь».

Материалы: платки, шарфы для завязывания глаз.

Участников делят на пары, одному из них завязывают глаза, второму предлагают провести партнера по помещению так, чтобы он чувствовал себя спокойно и

уверенно. По завершении работы пары (5-7 минут) участники меняются ролями.

В заключение обсуждаются вопросы:

1. Как вы себя чувствовали в роли «поводыря»?
 2. Как — в роли «слепого»?
 3. Что вам понравилось в этом упражнении?
 4. Чему вы научились?
- 4. ритуал прощания.*

Занятие 6.

Цель: Обсуждение опыта пребывания в позитивной и негативной группах; рассмотрение общих возможностей группы в сравнении с возможностями одного человека.

1. ритуал приветствия

2. Упражнение «Камешки дружбы».

Материалы: банка или любая емкость; камешек или бусинка для каждого участника, шарики с отверстиями (они не должны быть совсем легкими); нить, леска, если вы хотите сделать ожерелье, краски и кисти, если вы хотите рисовать на камнях; клеенка, чтобы постелить ее под банку с водой; доска или планшет.

Ведущий ставит емкость с водой в центр группового круга. Участникам сообщается, что сегодня им предстоит рассмотреть проблему групп и членства в группах, а также обсудить дружбу в этих группах. Затем участникам предлагается составить список позитивных и негативных групп. Ведущий пишет задание на доске; в случае если подростки недостаточно зрелые, им может потребоваться ваша помощь. Ниже приводится памятка для ведущего.

Позитивная группа: позволяет тебе быть самим собой: тебе не нужно меняться, чтобы быть ее членом; позволяет тебе быть несогласным; приветствует индивидуальность; оказывает поддержку, когда у тебя

проблемы; позволяет членам уйти, если они этого хотят; не требует преданности членов.

Негативная группа: настаивает на том, чтобы ты мыслил, чувствовал и вел себя так, как предписывает группа; не позволяет иметь другую точку зрения; настаивает на приверженности мнению большинства; не позволяет тебе уйти; может потребовать доказательство верности, настаивая на участии в нечестных, подлых, криминальных или агрессивных действиях.

Каждому участнику (по кругу) предлагается определить позитивную и негативную группы, членом которых он был (напомните, что семья тоже (считается такой группой, а также лагерь, кружок, спортивная команда, молодежная банда и т. п.).

Передавая корзину с камешками по кругу, предложите каждому участнику выбрать свой камень (камень, который чем-то похож на них самих, привлекает внимание, стимулирует воображение и т. д.).

Одному из участников предлагается бросить свой камень в воду (камень остается в воде), затем еще один участник бросает камень.

Далее ведущий собирает все камешки, включая те, которые были в воде, и, с долей артистизма, бросает в воду. Будьте осторожны, а то окажетесь мокрым! Возможности группы (в сравнении с возможностями одного человека) были продемонстрированы. Теперь группа делает ожерелья из камешков или рисует на них (в зависимости от материала). Ведущий тем временем напоминает участникам, что камешки — это символы, напоминающие об участии в группе, и поощряет подростков носить ожерелья или приносить разрисованные камешки (их можно хранить в классе для занятий).

3.рефлексия.

4.ритуал прощания.

Занятие 7

Цель: расширение знаний о себе благодаря получению от других обратную связь.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Ассоциации».

Участникам предлагается выбрать категорию, в которой они будут работать, например, «машины», «цветы», «времена года», «цвета», «животные», «растения» и т. д. Далее каждый участник должен письменно сравнить всех членов группы в соответствии со своей категорией. Например, у Миши категория «животные», на своем листке он пишет: Аня — заяц, Коля — тигр, Рома — енот и т. д. В итоге каждый участник игры получает перечень таких ассоциаций (необходимо еще раз напомнить подросткам о запрете на издевательские и унижающие сравнения, высмеивания).

Каждый участник, получивший такой лист, может высказать свое мнение по поводу ассоциаций, согласиться или не согласиться с ними, главное — не допустить, чтобы кто-то из ребят обиделся на автора ассоциаций. Необходимо объяснить, что это мнение другого человека, которое можно принять или не принять, но в любом случае необходимо подумать над информацией и сделать выводы.

3. Упражнение «Предмет, похожий на меня».

Материалы: различные предметы, которые сможете найти, например коробка, кукла, мяч, мягкая игрушка, коробка или подушка в виде сердца; маска волшебника, Деда Мороза, ножницы, еловая шишка, головоломка (пазл) и т. д. (Необходимо, чтобы предметы обладали ассоциативным потенциалом, способным вызвать некоторые реакции.)

Ведущий раскладывает материалы на столе и предлагает каждому участнику по очереди выбрать похожий на него предмет и объяснить свой выбор.

Остальные члены группы реагируют на самопрезентацию, давая обратную связь каждому участнику. С помощью обратной связи самопрезентацию подтверждают или оспаривают.

4.рефлексия.

5.ритуал прощания.

Занятие 8.

Цель: повышение уровня самосознания через завершение вслух предложений, высказанных перед группой.

1.ритуал приветствия.

2.Упражнение «Рыба для размышления».

Материалы: методика «Неоконченные предложения»; корзина, коробка или другой контейнер.

Ксерокопии страниц с текстом разрезаются, складываются и помещаются в контейнер, который ставится в центр круга. Каждый член группы по очереди ловит «рыбу», доставая из корзины бумажку с неоконченным предложением. После этого он возвращается на свое место и вслух читает предложение, завершая его собственными словами. После ответа каждого участника следует обсуждение, длительность которого определяет ведущий, дающий сигнал перехода очереди к следующим «рыболовам».

Ведущему необходимо вызвать обсуждение даваемых ответов. Временные рамки здесь важны потому, что вы должны обеспечить каждому участнику возможность закончить предложение, хотя обсуждение и самостоятельное взаимодействие — индивидуальный вариант. Способствуйте дискуссии и взаимной обратной связи.

Предложения составлены таким образом, что их завершения содержат в себе личную информацию об отвечающем.

3.рефлексия.

4.ритуал прощания.

Занятие 9.

Цель: увеличение степени самосознания путем объяснения подростками, тренировка навыков эмпатии, слушая других и предоставляя им обратную связь.

1.ритуал приветствия.

2.Упражнение «Хит-парад».

Материалы: магнитофон, диски с записями современной музыки (предоставляемых самими подростками).

Члены группы получают возможность выбрать свои любимые песни и поделиться ими. Или по кругу, или в свободном порядке каждый ставит свою любимую песню, и все остальные слушают ее. После прослушивания песни выбравший ее участник объясняет, почему именно эта песня — его любимая и что она может сказать о нем самом. После этого следует обратная связь от ведущего и других участников.

Не забудьте прослушать песни до занятий, так как в них может оказаться нецензурная лексика; предупредите участников, что такой материал приниматься не будет.

3.рефлексия.

4.ритуал прощания.

Занятие 10.

Цель: подкрепление позитивного восприятия себя, отреагирование позитивных черт товарищей.

1.ритуал приветствия.

2.Упражнение «Драгоценные качества».

Материалы: бумага и карандаши для составления списков; кожаные ремешки, проволока и другие материалы для изготовления браслетов и ожерелий; бусинки разных размеров, форм, цветов и материалов.

Участники группы составляют список из пяти качеств, которые им в себе нравятся. Затем они выбирают по одной бусинке на каждое из этих выбранных качеств. Каждую бусинку надо выбирать тщательно, чтобы потом они напоминали о соответствующем качестве. Эти пять бусинок каждый использует для изготовления своего браслета или ожерелья.

Когда группа закончит создание «ювелирных украшений», дайте каждому участнику возможность показать свое творение и рассказать о том, какую черту характера представляет каждый его элемент.

3.рефлексия

4.ритуал прощания.

Занятие 11.

Цель: «поиск альтернативы»: обсуждение возможных замен агрессивному поведению

1.Ритуал приветствия. «Нетрадиционное приветствие»

2.Упражнение “Зеркало”

Можно проводить в парах: один “отражает” второго. Можно устроить галерею зеркал, где движения одного повторяют все участники группы. Объяснение разницы между чувствами, мыслями и поведением.

3.“Безвредные” способы разрядки гнева и агрессивности.

Сядьте поудобней, расслабьтесь, глубоко вдохните 3–4 раза и закройте глаза. Представьте, что вы попали на небольшую выставку. На ней выставляли фотографии людей, на которых вы разгневаны, которые вызывают у вас

злость, которые вас обидели или поступили с вами несправедливо. Походите по этой выставке, рассмотрите эти портреты. Выберите любой из них и остановитесь у него. Постарайтесь вспомнить какую-нибудь конфликтную ситуацию, связанную с этим человеком. Постарайтесь мысленным взором увидеть самого себя в этой ситуации.

Представьте, что выражаете свои чувства человеку, на которого разгневаны. Не сдерживайте свои чувства, не стесняйтесь в выражениях, говорите ему все что хотите. Представьте, что вы делаете этому человеку все, к чему побуждают ваши чувства. Не сдерживайте свои действия, делайте все, что вам хочется сделать этому человеку. Если вы закончили упражнение, дайте знак – кивните головой. 3–4 раза вдохните и откройте глаза.

4. Рефлексия.

5. ритуал прощания.

Занятие 12.

Цель: «контроль за стимулами»: обучение избеганию стимулов, провоцирующих агрессивное поведение, и противостоянию им.

1. Ритуал приветствия. «Нетрадиционное приветствие»

2. Упражнение “Интонация”.

На листочке бумаги участники пишут название любого чувства, эмоции. Затем листочки собираются, перемешиваются, и снова раздаются. Далее все решают, какую строчку, из какого стихотворения взять за основу упражнения. После этого подростки по очереди произносят строчку с интонацией, соответствующей тому чувству, которое записано на очередном листочке. Остальные пытаются отгадать, какую же эмоцию вложил участник в заданную фразу.

3. Работа с «обидными словами».

Психотерапевтические синонимы.

А) Ведущий предлагает участникам назвать свои плохие качества, от которых хотелось бы избавиться. Остальные находят положительные стороны этого качества.

Б) Участники по очереди называют наиболее часто употребляемые обидные слова, остальные находят положительные стороны и в них.

4. Ритуал прощания “Хлопки по кругу”

Занятие 13.

Цель: обучение самопоощрению за измененное поведение.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение “Штрих”.

Участникам раздаются листки бумаги, и предлагается вспомнить ситуацию, которая их разозлила. Далее нужно вспомнить чувства, которые вызвала в них данная ситуация и штриховать листок, вкладывая эти чувства в движения руки. После этого листок комкается и с силой выбрасывается. “Мы выбросили свой гнев!”

3. Внутригрупповая дискуссия.

По разным сторонам кабинет расставляются стулья. Ведущий зачитывает мнения людей по поводу различных жизненных проблем. Кто согласен с этим мнением садится на стулья у правой стены, кто не согласен – у левой стены. Никто не может остаться посередине. Далее зачитывается одно из нижеследующих мнений:

- родителям можно простить все;
- люди должны уважать права друг друга;
- человека, который обманул, обязательно будет мучить совесть.

После того как зачитывается суждение и участники разделились на группы, начинается обсуждение. Тренер

обращается к одной группе и просит каждого из ее членов обосновать свой выбор: объясните, пожалуйста, почему вы согласились именно с этой точкой зрения? Тренер должен следить за тем, чтобы участники, имеющие противоположные мнения, не мешали говорить визави. Затем предоставляется слово членам второй микрогруппы. Потом снова первой – что вы можете возразить на аргументы своих оппонентов. И так продолжается до тех пор, пока четко не прояснится позиция членов обеих группировок. В конце обсуждения необходимо предоставить возможность, тем, кто этого желает, перейти в противоположную группу.

4. Ритуал прощания.

Занятие 14.

Цель: демонстрация расширения возможностей в социальной жизни в связи с отказом от агрессивного поведения.

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение “Понимаем с первого слова” выполняется в парах. Один участник говорит фразу, слушающий передает его мысль другими словами, стремясь как можно полнее передать ее смысл. После этого первый участник говорит, насколько это удалось.

3. Упражнение «Семейные истории».

Материалы: листы бумаги для рисования и цветные фломастеры.

Участникам раздаются бумага и маркеры.

Лист бумаги делится пополам темной линией, которая символизирует границу между счастьем и несчастьем, которое происходит на листе, то есть в семье.

Ребятам говорится, что в каждой семье случаются как хорошие события, так и плохие, и их просят нарисовать на одной половине листа счастливое воспоминание,

связанное с их семьей, а на другой — несчастливое воспоминание. Когда группа закончит рисовать, предложите каждому участнику по кругу представить свою историю, изображенную на картинке.

4. Анкета обратной связи.

Фамилия, имя

Пожалуйста, поставьте свои оценки, отметив их на шкале от 0 до 10:

1. Мое настроение до тренинга

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2. Мое настроение после тренинга

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

3. Насколько мне все было ясно и понятно

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

4. Насколько мне было интересно

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

5. Насколько нужен и полезен для меня предложенный материал

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

6. Насколько комфортным для меня был темп занятий

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

7. Сколько личных усилий, эмоций, опыта я вложил в группу

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

8. Как много я получил от группы

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

5. рефлексия.

6. ритуал прощания.