

В Методическом пособии представлены материалы, разработанные в рамках Комплекса мер, Иркутской области «Особое внимание», направленного на оказание помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения, обеспечение безопасности детей, на 2022-2023 годы. Цель книги – представить специалистам способы работы по профилактике жестокого обращения с детьми, пережившими жестокое обращение. Издание адресовано специалистам, осуществляющим профилактику жестокого обращения с детьми, социальную реинтеграцию, физическую и психологическую реабилитацию детей, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств.

**ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ДЕТСКОЙ АГРЕССИВНОСТИ
И КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ,
ПОСТРАДАВШИХ ОТ ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ
И ПРЕСТУПНЫХ ПОСЯГАТЕЛЬСТВ**

Оглавление

Пояснительная записка.....	5
Календарно-тематический план реализации программы профилактики детской агрессивности и коррекции эмоциональной сферы несовершеннолетних, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств.....	10
Раздел 1. Диагностика.....	20
1. Методика «Домики» Диагностика эмоциональной сферы и прогноз адаптации учащихся.....	20
2. Методика «Вектор» Диагностика развития группы и технологии формирования коллектива.....	22
3. Фрустрационный тест Розенцвейга (детский) Прогноз поведения в стрессовых и конфликтных ситуациях.....	23
4. Фрустрационный тест Розенцвейга (взрослый) Прогноз поведения в стрессовых и конфликтных ситуациях.....	24
5. Проективный тест мотивации «Анализ потребностей и скрытых мотивов»	26
6. Цветовой тест Диагностика эмоционального состояния и прогноз стрессоустойчивости	27
7. Тест детской апперцепции (САТ) Глубинная диагностика личности ребенка	28
8. Методика «Ориентир» Экспресс-диагностика профессиональных склонностей	30
9. Методика «ИДИКС» Интегральная диагностика и коррекция профессионального стресса	31
10. Тест Векслера (детский вариант) Измерение уровня развития интеллекта.....	33
11. Методика «Сигнал» Экспресс-диагностика и профилактика суицидального риска	34
12. Тест Векслера (взрослый вариант) Измерение уровня развития интеллекта.....	36
13. Тест Тулуз-Пьерона Диагностика минимальных мозговых дисфункций	38
Раздел 2. Профилактика.....	40
Программа профилактической работы с обучающимися.....	40
Занятие 1 «Права, обязанности и ответственность несовершеннолетних»	40
Занятие 2 «Мир без конфликтов».....	45
Занятие 3 «Как противостоять жестокости и насилию»	48
Занятие 4 «Стресс и способы его преодоления».....	51
Программа профилактической работы с родителями	54
Родительское собрание: «Права и обязанности ребенка»	54
Лекторий для родителей в рамках Родительского университета «Влияние особенностей детско-родительских отношений на формирование и развитие личности ребенка».....	57
Тренинг повышения родительской компетентности «Эффективное родительство»	61
Тренинговое занятие «Будь хозяином своих эмоций».....	71
Семинар-практикум «Психолого-педагогическая компетентность педагога».....	74
Тренинговое занятие для педагогов «Снятие эмоциональной напряженности и усталости»	79
Тренинговое занятие для педагогов «Конфликты и пути их разрешения».....	83
Семинар-практикум с элементами тренинга для педагогов «Профилактика жестокого обращения с детьми»	95

Раздел 3. Коррекционная работа.....	105
Коррекционные занятия с детьми, пострадавшими от жестокого обращения и преступных посягательств.....	105
Вводное занятие. Знакомство, диагностика	106
Занятие 2 «Личное пространство»	107
Занятие 3 «Начало».....	109
Занятие 4 «Я спокоен».....	110
Занятие 5 «Чувства»	114
Занятие 6 «Мои эмоции».....	115
Занятие 7 «Я и другие».....	117
Занятие 8 «Трудные жизненные ситуации»	118
Занятие 9 «Кризис – выход есть»	120
Занятие 10 «Конфликт».....	126
Занятие 11 «Дороги»	131
Занятие 12 «Мое будущее».....	132
Занятия для родителей.....	133
Занятие 1 «Мой стиль родительства».....	133
Занятие 2 «Детство»	135
Занятие 3 «Понимать и быть понятым».....	136
Занятие 4 «Дорога домой».....	138
Занятие 5 с элементами тренинга «Секретный вопрос»	141
Практические занятия для педагогов, работающих с несовершеннолетними, пострадавшими от жестокого обращения и преступных посягательств	143
Встреча 1 «Поведение и действия педагога в кризисных ситуациях» (лекция)	143
Встреча 2 «Первая помощь».....	146
Встреча 3 «Проблемные ситуации и их решение» (практическое занятие).....	149
Встреча 4 «Алгоритм действий педагогического коллектива в ситуации жестокого обращения с ребенком».....	154
Раздел 4. Взаимодействие субъектов профилактики.....	159
Алгоритм действий субъектов профилактики по взаимному информированию о фактах жестокого обращения и преступных посягательств в отношении несовершеннолетних.....	175
Алгоритм действий специалистов органов и учреждений системы профилактики при обнаружении явных признаков жестокого обращения с ребенком	175
Алгоритм действий специалистов образовательных учреждений	176
Социально-педагогическое сопровождение обучающихся и семьи в образовательной организации.....	178
Алгоритм действий специалистов органов опеки и попечительства.....	179
Алгоритм действий сотрудников учреждений здравоохранения	180
Алгоритм действий специалистов органов и учреждений социальной защиты населения.....	181

Алгоритм действий специалистов комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав	181
Алгоритм действий сотрудников органов внутренних дел	182
Литература	184
Приложение 1 Примерное Положение О службе профилактики подростковых конфликтов и психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетних, пострадавших от жесткого обращения и преступных посягательств	185
Приложение 2 План психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетнего, имеющего затруднения в усвоении школьной программы	191
Приложение 3 Примерное Положение о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации	192
Приложение 4 Документация психолого-педагогического консилиума	197
Приложение 5 Протокол заседания психолого-педагогического консилиума.....	199
Приложение 6 Заключение психолого-педагогического консилиума.....	200
Приложение 7 Представление психолого-педагогического консилиума на обучающегося для ПМПК 201	201
Приложение 8 Согласие родителей (законных представителей) обучающегося на проведение обследования специалистами психолого-педагогического консилиума	205
Приложение 9 Информационное письмо	206

Пояснительная записка

Программа профилактики детской агрессивности и коррекции эмоциональной сферы несовершеннолетних, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств разработана в рамках Комплекса мер, Иркутской области «Особое внимание», направленного на оказание помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения, обеспечение безопасности детей, на 2022-2023 годы. Актуальность Программы обусловлена с одной стороны, растущим количеством детей, подвергшимся жестокому обращению, а с другой, государственной политикой в этом вопросе.

Обеспечение благополучного и защищенного детства – один из основных национальных приоритетов России на сегодняшний день. В 2017 году указом Президента Российской Федерации ближайшее десятилетие было объявлено десятилетием детства в след за «Национальной стратегией действий в интересах детей на 2012—2017 годы». В документе отмечается, что основными проблемами в сфере детства являются распространённость семейного неблагополучия, жестокого обращения с детьми и всех форм насилия в отношении детей, а также низкая эффективность профилактической работы с неблагополучными семьями и детьми.

В условиях глобального экономического кризиса возрастают социальная и экономическая нестабильность в стране. Это, в свою очередь, приводит к росту напряженности, агрессивности и конфликтности среди людей, что проявляется в разных формах насилия в обществе. Многие дети живут и развиваются в негативных социально-психологических условиях, в неблагополучных и социально опасных семьях. У других детей и подростков отмечается отсутствие эмоционального контакта со значимыми взрослыми, обида на их безразличие и непонимание. Ребенок может столкнуться с насильственными действиями в разных ситуациях: в школе, на улице, в семье, хотя данный социальный институт призван обеспечивать безопасность ребенка для его нормального развития.

Насилие - физическое, психическое, социальное воздействие на человека со стороны другого человека, семьи, группы или государства, вынуждающее его прерывать значимую деятельность и исполнять другую, противоречащую ей, либо угрожающую его физическому или психическому здоровью и целостности [1].

Насилие может принимать разные формы. Коллектив авторов книги «Защита детей от жестокого обращения» [1] приводит описание следующих видов насилия.

Физическое насилие – это нанесение физических повреждений ребенку или риск таких повреждений.

Психологическое (эмоциональное и вербальное) насилие – это постоянно повторяющиеся унижения, оскорбления, издевательства или терроризирования (угрозы, подвергание опасности) ребенка. Эмоциональное и вербальное насилие характеризуется присвоением кличек, оскорблением, угрозой физической расправы или ущерба, криком и проявлением гнева, отказом во взаимоотношениях (эмоциональная и вербальная изоляция), давлением или принуждением выполнять то, что человек выполнять не хочет.

Сексуальное насилие – это сексуальное поведение взрослого, вовлекающего в сексуальные действия ребенка. В диапазон такого поведения входят: нежелательные сексуальные комментарии и взгляды; словесные оскорбления и скабрзные замечания; эксгибиционизм (демонстрация половых органов); нежелательные прикосновения и ощупывания частей тела; вуайеризм (систематическое подглядывание); обман и

запугивание, шантаж и принуждение к близости через физический вред или угрозу вреда семье, друзьям; настойчивое давление и принуждение к проституции; сообщение информации, несоответствующей возрасту, и инцест; демонстрация порно и развратные действия, а также непристойные телефонные звонки. Крайней степенью сексуального насилия является изнасилование.

Насилие – это также пренебрежение родителями своими обязанностями, невнимание, эмоциональная холодность, грубость по отношению к детям, унижение человеческого достоинства и любое нарушение внутренней границы личностных переживаний. **Пренебрежение нуждами детей** – это неисполнение родителем или лицом, его заменяющим, обязанностей по надзору, защите и обеспечению основных потребностей ребенка, наносящее значительный вред нормальному развитию ребенка или создающее такой риск. Различают **пренебрежение физическими потребностями** (потребность в пище, одежде, приюте, недостаток присмотра или защиты от опасности), **пренебрежение медицинскими нуждами, пренебрежение потребностью в образовании и психологическое пренебрежение**. Психологическое пренебрежение – это постоянное невыполнение родителем или лицом, его заменяющим, минимальной потребности ребенка в поддержке, внимании и любви.

Насилие и жестокое обращение следует отличать от агрессии, хотя, безусловно, эти феномены имеют много общего. **Агрессию** можно определить как целенаправленное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), причиняющее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Жестокое обращение с детьми – это умышленное или неосторожное обращение, или действия со стороны родителей/лиц, их заменяющих, или других людей, которые привели к травмам, нарушению в развитии, смерти ребенка, либо угрожают правам и благополучию ребенка.

Данные статистики (исследование в г. Москве – 2003 г.) показывают, что насильниками являются:

- ◆ родители – в 38 % случаев;
- ◆ сверстники – в 44,5 %;
- ◆ учителя – в 10,5 %;
- ◆ другие взрослые – в 17 % [1].

Насилие влечет за собой негативные последствия для детей. Т. Я. Сафонова, Е. И. Цымбал [2] описывают ближайшие и отдаленные последствия жестокого обращения.

К **ближайшим последствиям** относятся физические травмы, рвота, головные боли, потеря сознания, кровоизлияние в глазные яблоки, характерные для синдрома сотрясения у маленьких детей, которых сильно трясут. Острые психические нарушения в ответ на любое насилие могут проявляться в виде ответной агрессии, возбуждения, стремления куда-то бежать, спрятаться, либо в виде глубокой заторможенности, внешнего безразличия. В обоих случаях ребенок переживает страх, тревогу, гнев. У детей старшего возраста может развиваться тяжелая депрессия с чувством собственной ущербности. Любое пережитое ребенком насилие приводит к чувствам ожидания опасности и беспокойства. Дети и подростки, которые испытали насилие, чувствуют боль, страх, бессилие, испуг и замешательство, смущение и стыд, они часто обвиняют себя в том, что случилось, чувствуют себя соучастниками или виновниками.

Отдаленные последствия жестокого обращения включают нарушения физического и психического развития ребенка. Такие дети часто отстают в росте и массе

от своих сверстников. Они позже начинают ходить, говорить, реже смеются, хуже учатся в школе, имеют «плохие привычки». Дети, живущие в условиях пренебрежения их интересами, физическими и эмоциональными нуждами, выглядят по-другому, чем дети, живущие в нормальных условиях: у них припухлые, «заспанные» глаза, бледное лицо, всклокоченные волосы, неопрятность в одежде, плохой запах от одежды и тела, нарушение аппетита. Часто у детей развиваются такие нервно-психические заболевания, как тики, заикание, энурез (недержание мочи), энкопрез (недержание кала).

Практически все дети, пострадавшие от жестокого обращения, пережили психическую травму, результатом которой являются нарушения в развитии личности и поведении. Одни часто испытывают гнев, который изливают на более младших по возрасту детей, на животных, стремятся привлечь к себе внимание вызывающим поведением, склонны к насилию. Другие чрезмерно пассивны, не могут себя защитить. Для тех и других обычны низкая самооценка, переживание вины, стыда, затруднения во взаимоотношениях со сверстниками, виктимное поведение. В старшем возрасте, у подростков, могут наблюдаться беспокойство, безотчетная тоска, чувство одиночества, нарушения сна, попытки покончить с собой.

Социальные последствия жестокого обращения с детьми могут рассматриваться в двух аспектах: вред для жертвы и для общества.

Дети и подростки являются наиболее уязвимой, незащищенной частью нашего общества. Жестокое обращение с ними наносит непоправимый вред их физическому и психическому здоровью. Дети, пережившие любой вид насилия, испытывают трудности социализации: у них нарушены взаимоотношения со взрослыми и детьми. Решение своих проблем дети-жертвы насилия зачастую находят в криминальной, асоциальной среде, у них может сформироваться пристрастие к алкоголю, наркотикам, они начинают воровать и совершать преступления. Кроме того, дети, подвергшиеся жестокому обращению, не усваивают норм социально-положительных отношений в общении с людьми, не могут в дальнейшем адаптироваться к нормальной жизни, создать семью, жестоко относятся к своим детям, легко решаются на применение насилия к другим людям, доведенные до крайней степени унижения, могут превратиться из жертвы в преступника.

Общественные потери от насилия над детьми включают: потери человеческих жизней в результате убийств детей и их самоубийств; потери в будущем производительных членов общества в результате нарушений физического и психического здоровья, низкого образовательного уровня, криминального поведения; воспроизводство жестокости в обществе. Поэтому защита детей и подростков от разных негативных явлений современной жизни является приоритетной задачей общества.

Помощь детям, пострадавшим от жестокого обращения, должна оказываться на разных социальных уровнях, в том числе в общеобразовательных организациях, где дети проходят обучение.

Данная программа предназначена для образовательных организаций и направлена на коррекцию эмоциональной сферы детей, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств, профилактику детской агрессивности.

Адресат программы: специалисты, осуществляющие профилактику детской агрессивности, социальную реинтеграцию, физическую и психологическую реабилитацию детей, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств.

Целевая категория: несовершеннолетние подросткового возраста из числа обучающихся в образовательной организации.

Цель программы: повышение качества оказания помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения и преступных посягательств, формирование безопасной среды для развития детей в Иркутской области.

Задачи программы:

1. Раскрыть содержание основных направлений работы психолого-педагогической службы образовательной организации по оказанию помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения и преступных посягательств.
2. Обозначить специфику деятельности специалистов в рамках каждого направления.
3. Обеспечить педагогов-психологов образовательных организаций материалами, необходимыми для качественного оказания помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения и преступных посягательств.
4. Содействовать эффективной профилактике детской агрессивности в образовательных организациях.

Основанием для разработки программы выступают следующие нормативные документы:

- ✓ Конституция Российской Федерации от 12.12.1993;
- ✓ Конвенция о правах ребенка от 20 ноября 1989 года;
- ✓ Закон Российской Федерации № 273 «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.;
- ✓ Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- ✓ Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- ✓ Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. N 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы»;
- ✓ Распоряжение Правительства РФ от 17.11.2008 N 1662-р (ред. от 28.09.2018) «О Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года»
- ✓ Указ Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 года N 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года»
- ✓ Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года»
- ✓ Приказ Минтруда России от 18.10.2013 N 544н «Об утверждении профессионального стандарта» Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»
- ✓ Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях СанПиН 2.4.2. 2821 – 10 / Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189;

Основные направления деятельности в рамках программы представлены следующими разделами:

1. диагностика;
2. профилактика;
3. коррекция;
4. взаимодействие субъектов профилактики.

Ожидаемые результаты программы:

1. Улучшение психологической комфортности образовательной среды, в том числе, уменьшение числа конфликтных ситуаций в образовательных организациях.
2. Улучшение эмоционального благополучия детей, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств (на основании результатов мониторинга эмоционального благополучия).

Материально-техническое обеспечение программы:

- 1) автоматизированное рабочее место для организации работы психолога (ноутбук с установленным экземпляром программного обеспечения по психологическому диагностированию Effecton Studio «Психология в школе», Модулем Социометрия) – 1 шт.;
- 2) социометрия – 1 шт.;
- 3) классикор. Компьютерный психологический комплекс – 1 шт.;
- 3) методика Л. А. Ясюковой в трех частях – 1 шт.;
- 4) эмоциональный арт-конструктор – 1 шт.;
- 5) методика «Домики» - 1 шт.;
- 6) методика «Ориентир» - 1 шт.;
- 7) методика «Вектор» - 1 шт.;
- 8) проективный тест мотивации – 1 шт.;
- 9) методика «Сигнал» - 1 шт.;
- 10) цветовой тест – 1 шт.;
- 11) тест Ландольта – 1 шт.;
- 12) тест Тулуз-Пьерона – 1 шт.;
- 13) методика «ИДИКС» - 1 шт.;
- 14) фрустрационный тест Розенцвейга (взрослый и детский вариант) – 1 шт.;
- 15) тест детской апперцепции – 1 шт.;
- 16) тест Векслера (детский и взрослый варианты) – 1 шт.

Календарно-тематический план реализации программы профилактики детской агрессивности и коррекции эмоциональной сферы несовершеннолетних, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств

№ п/п	Содержание деятельности	Сроки, количество часов	Формы работы	Исполнители
I Блок. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся				
<i>Диагностическое направление</i>				
1	<p>Входная диагностика *(5-7класс). Методика «Домики» для диагностики эмоциональной сферы и прогноза адаптации учащихся. Позволяет выявить степени дифференцированности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обобщенности эмоциональной сферы ребенка; - субъективной эмоционально-ценностной системы; - деятельностных ориентаций, в том числе уровня сформированности эстетических и познавательных потребностей; - предпочтений видов деятельности (методика является первой профессиограммой детей младшего школьного возраста); - личностных отношений и вариантов личностного развития, с рекомендациями коррекции. 	сентябрь-октябрь, по запросу в течение года*	индивидуальная, групповая диагностика	педагог- психолог
2	<p>Входная диагностика (7-11 класс). Методика «Вектор», для диагностики развития группы и технологии формирования коллектива. Позволяет выявить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уровень развития отношений в различных группах учащихся; - источники и причины возникающих в группах негативных явлений, таких, как насилие, жестокость, издевательство, обман, вымогательство, хищения и т.д.; - предотвращать негативное влияние групп асоциальной направленности на личность членов групп. В последующем оптимизировать групповые нормы и ценности, улучшить морально- 	ноябрь, по запросу в течение года*	индивидуальная, групповая диагностика	педагог- психолог

	психологический климат в группах учащихся и гуманизировать межличностные взаимоотношения учащихся;			
3	Фрустрационный тест Розенцвейга (детский вариант) - способ раннего выявления причин неадекватного поведения и профилактики последующих конфликтов и агрессии или изоляции по отношению к сверстникам (1-6 класс).	по запросу, в течение года*	индивидуальная диагностика	педагог- психолог
4	Фрустрационный тест Розенцвейга (взрослый вариант) (7-11 класс). Выявляет различные стратегии стресс-реагирования, в том числе неконструктивные: - отражает степень эмоциональной включенности в проблему; - дает представление о способности к анализу конфликта и поиску конструктивных решений; - свидетельствует о степени социальной адаптации личности; - позволяет выявить индивидуально значимые источники стресса; - дает возможность проявления неосознаваемых эмоциональных реакций, которые могут являться источником внутреннего конфликта.	декабрь, по запросу в течение года*	индивидуальная диагностика	педагог- психолог
5	Проективный тест на мотивацию «Анализ потребностей и скрытых мотивов» (10-11 класс) для выявления причин неуспеваемости и адекватных индивидуальных стимулов, мотивирующих к эффективной деятельности в обучении и внеурочной деятельности, что может способствовать разделению группы и являться причиной возникновения негативных проявлений внутри группы старшеклассников, а также для составления прогноза успешности педагогической деятельности в направлении профилактики негативных	январь, февраль и по запросу в течение года*	индивидуальная диагностика	педагог- психолог

	проявлений.			
6	Тест Тулуз-Пьерона Диагностика минимальных мозговых дисфункций (с 6 лет) позволяет провести четкую границу между первичными отклонениями в психическом развитии (сопутствующими ММД), и вторичными дефектами, которые могут быть предотвращены при своевременном обнаружении. Кроме того, определяются критерии отличия ММД от задержки психического развития (ЗПР).	по запросу в течение года	индивидуальная диагностика	педагог-психолог

Профилактическое направление

1	«Права, обязанности и ответственность несовершеннолетних» <i>Содержание.</i> Право и ответственность. Гражданские права и свободы. Семья и семейные отношения. Образование: права и обязанности. Здоровье и безопасность. Защита прав и ответственность ребенка. Правовой статус ребенка.	I учебная четверть, сентябрь (1 час)	участие в профилактических неделях «Высокая ответственность», «Разноцветная неделя»	социальный-педагог, классный руководитель
2	«Мир без конфликтов» <i>Содержание.</i> Конфликты в нашей жизни. Основные стадии протекания конфликта. Основные стратегии поведения в конфликтной ситуации. Взаимодействие в конфликте. Управление конфликтом. Самоконтроль в общении.	II учебная четверть, октябрь (1 час)	классный час, разработанный для классных руководителей; информационные буклеты и видеоролики на школьном TV и официальном сайте ОО	социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель, заместитель директора по воспитательной работе
3	«Как противостоять жестокости и насилию» <i>Содержание.</i> Жестокость, насилие, жестокое обращение с детьми. Правила безопасного поведения.	III учебная четверть, январь (1 час)	квест-игра «Хозяин эмоций»; информационные буклеты и видеоролики на школьном TV и официальном сайте ОО	социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель
4	«Стресс и способы его преодоления» <i>Содержание.</i> Стресс, стрессоустойчивость, саморегуляция. Стратегия работы со стрессом.	IV учебная четверть, апрель (1 час)	Занятие	социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель

Коррекционное направление

1	Реализация программы коррекционной работы (15 учебных часов) в течение года			
	Тема занятия	Кол-во	Формы работы	Исполнители

		часов		
	1. «Знакомство»	1	наблюдение, методики	педагог-психолог
	2. «Личное пространство»	1	беседа, рисунок	педагог-психолог
	3. «Начало»	1	индивидуальная работа; беседа, рисунок	педагог-психолог
	4. «Я спокоен»	2	тренинг коррекции уровней личностной и ситуативной тревожности	педагог-психолог
	5. «Чувства»	1	методика «Волшебная страна чувств» (Авторы: Т. Грабенко, и др.)	педагог-психолог
	6. «Мои эмоции»	1	тренинг распознавания эмоций	педагог-психолог
	7. «Я и другие»	1	Развитие эмоционального восприятия	педагог-психолог
	8. «Трудные жизненные ситуации»	2	занятие с элементами тренинга	педагог-психолог
	9. «Кризис – выход есть»	1	тренинг	педагог-психолог
	10. «Конфликт »	2	занятие с элементами тренинга	педагог-психолог
	11. «Дороги»	1	беседа, наблюдение, анализ дневника самонаблюдения	педагог-психолог
	12. «Мое будущее »	1	беседа, наблюдение, анализ дневника самонаблюдения	педагог-психолог

2				
	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Исполнители
	«Мои эмоции»	1	индивидуальная работа	педагог-психолог
	«Я и другие»	1	индивидуальная работа	педагог-психолог
	Эмоциональный арт-конструктор	1	работа в программе «ИМАТОН»	педагог-психолог
	Комплекс «Эффектон студио»	1	работа в программе «ИМАТОН»	педагог-психолог

II Блок. Психолого-педагогическое сопровождение родителей

Диагностическое направление				
1	Цветовой тест. Диагностика эмоционального состояния, стрессоустойчивости и определения психофизиологического состояния личности в целом, внутриличностных конфликтов, что непосредственно отражается на состоянии и взаимоотношениях между родителем и ребенком в разные периоды взросления последнего.	в течение года и по запросу	индивидуальная диагностика	педагог- психолог
2	Методика «ИДИКС». Позволяет диагностировать причины негативных проявлений стресса, факторы риска деструктивную симптоматику острых и хронических стрессовых состояний у педагогического коллектива; выявить наличие профессионально-личностных и поведенческих деформаций стрессового типа	в течение года и по запросу	индивидуальная диагностика	психолог, педагог- психолог
3	Фрустрационный тест Розенцвейга (взрослый вариант) (7-11 класс). Выявляет различные стратегии стресс-реагирования, в том числе неконструктивные: <ul style="list-style-type: none"> - отражает степень эмоциональной включенности в проблему; - дает представление о способности к анализу конфликта и поиску конструктивных решений; - свидетельствует о степени социальной адаптации личности; - позволяет выявить индивидуально значимые источники стресса; дает возможность проявления неосознаваемых эмоциональных реакций, которые могут являться источником внутреннего конфликта.	в течение года и по запросу	индивидуальная диагностика	психолог, педагог- психолог
Профилактическое направление				
1	«Права и обязанности ребенка» Содержание. Права, обязанности детей. Ответственность несовершеннолетнего.	I учебная четверть, сентябрь (1 час)	родительский лекторий; информационно-тематические буклеты и видеоролики на	социальный педагог, классный руководитель

			школьном TV и официальном сайте ОО	
2	«Влияние особенностей детско-родительских отношений на формирование и развитие личности ребенка» Содержание. Детско-родительские отношения, их диагностика. Рекомендации родителям по улучшению взаимоотношений с детьми.	II учебная четверть, ноябрь (1 час)	родительский лекторий; информационно-тематические буклеты и видеоролики на школьном TV и официальном сайте ОО	социальный педагог, классный руководитель
3	«Эффективное родительство» Содержание. Родительские установки. Психологические границы. Общение и умение слушать. Навыки эффективного общения с ребенком.	III учебная четверть, апрель (1 час)	Тренинг повышения родительской компетентности	социальный педагог, педагог-психолог
4	«Будь хозяином своих эмоций» Содержание. Стресс. Способы управления психоэмоциональным состоянием	IV учебная четверть, апрель (1 час)	Тренинг повышения родительской компетентности	социальный педагог, педагог-психолог

Коррекционное направление

1	Индивидуальная коррекционная работа с родителями в рамках консультаций (в течение года) 8 часов			
	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Исполнитель
	1. «Мой стиль родительства»	1	индивидуальное	педагог-психолог
	2. «Детство»	1	индивидуальное	педагог-психолог
	3. «Понимать и быть понятым»	1	индивидуальное	педагог-психолог
	4. «Дорога домой»	1	индивидуальное	педагог-психолог
	5. «Секретный вопрос»	2	групповое	педагог-психолог
	6. Эмоциональный арт-конструктор	1	работа в программе «ИМАТОН»	педагог-психолог
	7. Комплекс «Эффектон студии»	1	работа в программе «ИМАТОН»	педагог-психолог

III Блок. Взаимодействие с педагогическими сотрудниками

Диагностическое направление

1	Методика «Ориентир» (с 14 лет). Индивидуальное тестирование. Экспресс-диагностика профессиональных склонностей. Позволяет на ранней стадии педагогической деятельности выявить возможности испытуемого на предмет работы в образовательных учреждениях, что так же является профилактическим	в течение года, при приеме на работу	индивидуальная, групповая диагностика	администрация, педагог-психолог
---	---	--------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------

	мероприятием способствующим уменьшению уровня негативных проявлений в коллективе.			
2	Методика «ИДИКС» (с 17 лет). Позволяет диагностировать причины: - негативных проявлений стресса, факторы риска трудовой организационной среды; - деструктивную симптоматику острых и хронических стрессовых состояний у педагогического коллектива; выявить наличие профессионально-личностных и поведенческих деформаций стрессового типа.	февраль	индивидуальная, групповая диагностика	администрация, педагог психолог, социальный педагог
3	Цветовой тест. Диагностика эмоционального состояния и прогноз стрессоустойчивости. Служит для диагностики эмоциональных особенностей и психофизиологического состояния человека, внутриличностных конфликтов.	март	индивидуальная диагностика	администрация, педагог психолог, социальный педагог
4	Тест Векслера (взрослый вариант) включает: -определение общего уровня интеллекта взрослого человека; -определение объёма памяти, преобладающего типа мышления и других особенностей познавательных психических процессов; -определение уровня сохранности интеллекта; -уточнение клинической картины нервно-психических заболеваний; -выявление потенциала обучаемости и уровня одаренности	по запросу	индивидуальная диагностика	педагог психолог, социальный педагог

Профилактическое направление

1	«Психолого-педагогическая компетентность педагога» Цель: предотвращение жестокого обращения с участниками образовательного процесса	I учебная четверть, сентябрь (1 час)	семинар-практикум, деловая игра, тренинг	социальный педагог, педагог-психолог
2	«Снятие эмоциональной напряженности и усталости» Цель: снятие эмоционального напряжения для укрепления психологического здоровья педагога	II учебная четверть, ноябрь (1 час)	тренинг	педагог-психолог, социальный педагог

3	«Конфликты и пути их разрешения» Цель: профилактика и разрешение конфликтов	III учебная четверть, декабрь (1 час)	тренинг	педагог-психолог
4	«Профилактика жестокого обращения с детьми» Цель: профилактика жестокого обращения с несовершеннолетними	IV учебная четверть, апрель (1 час)	семинар-практикум	педагог-психолог

Коррекционное направление

1	Индивидуальная коррекционная работа с педагогами в рамках консультаций	в течение года		педагог-психолог
	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Исполнитель
	Эмоциональный арт-конструктор	1	работа в программе «ИМАТОН»	педагог-психолог
	Комплекс «Эффектон студио»	1	работа в программе «ИМАТОН»	педагог-психолог
2	Тренинг для педагогов (5 часов)	в течение года		педагог-психолог
	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Исполнитель
	1. «Поведение и действия педагога в кризисных ситуациях»	1	лекция	педагог-психолог
	2. «Первая помощь»	1	лекция	педагог-психолог
	3. «Проблемные ситуации и их решение»	2	практическое занятие	педагог-психолог
	4. «Алгоритм действий педагогического коллектива в ситуации жестокого обращения с ребенком»	1	практическое занятие	педагог-психолог

IV Блок. Взаимодействие с субъектами профилактики

Диагностическое направление

1	Методика «Сигнал» (с 16 лет). Экспресс-диагностика и профилактика суицидального риска позволяет выявлять лиц с высоким риском суицидальных реакций при взаимодействии с субъектами профилактики и школой. Данная методика является серьезным профилактическим инструментом, работающим на предотвращение и раннее выявление возможных рисков, связанных с суицидальным поведением, суицидальными намерениями и замыслами.	в течение года и по запросу	индивидуальная диагностика	педагог-психолог
---	--	-----------------------------	----------------------------	------------------

2	<p>Тест детской апперцепции (САТ) (1-4 класс). Глубинная диагностика личности ребенка в целях профилактики проблем связанных с трудностями взаимоотношений между родителем и ребенком в период младшего школьничества, позволяет выявить:</p> <ul style="list-style-type: none"> -особые проблемы, связанные с питанием, и иные специфические проблемы развития; -проблемы конкуренции и взаимоотношений ребенка с братьями, сестрами; -отношение ребенка к образам родителей, а также способ их восприятия; -отношение ребенка к родителям как к супружеской паре (теоретически описываемое в рамках Эдипова комплекса); -фантазии ребенка: агрессивные, фантазии, в которых отражается восприятие им мира взрослых и ощущение своего места в нем; -содержание ночных страхов и фобий. 	в течение года и по запросу	индивидуальная диагностика	Логопед, педагог-психолог
3	<p>Тест Тулуз-Пьерона (с 6 лет). Диагностика минимальных мозговых дисфункций в сфере образования — для определения ММД, как причины неуспеваемости и проблем обучения и взаимодействия со сверстниками</p>	в течение года и по запросу	индивидуальная диагностика	психолог
4	<p>Тест Векслера (детский вариант). Измерение уровня развития интеллекта. Оценка развития умственных способностей, общей эрудиции. Определение объёма памяти, преобладающего типа мышления и других особенностей познавательных психических процессов. Определение готовности ребенка к обучению в школе. Оценка и профилактика возможных причин неуспеваемости школьника. Выявление умственной отсталости и задержки психического развития ребенка.</p>	в течение года и по запросу	индивидуальная диагностика	психолог
Профилактическое направление				
1	Мониторинг социальных сетей	по запросу	мониторинг	сотрудники

	<i>с целью выявления вовлеченности несовершеннолетних в запрещенные социальные аккаунты</i>			отделов полиции, курирующие ОО
2	<i>Методологическое сопровождение участников образовательного процесса</i>	по запросу	консультации	методические центры
3	<i>Консультации узкими специалистами по вопросам особенностей развития и обучения детей, имеющих трудности в обучении и воспитании</i>	по запросу	консультации	здравоохранение (врач-психиатр, невролог, педиатр)
Коррекционное направление				
1	<i>Взаимодействие с МППК г. Иркутска (ул. Марата, 14)</i>	в течение года	консультации	заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог
2	<i>Взаимодействие с Центром профилактики и реабилитации несовершеннолетних (ул. Павла Красильникова, 54а)</i>	в течение года	консультации	заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог
3	<i>Взаимодействие с ПДН Октябрьского и Куйбышевского округов г. Иркутска</i>	в течение года	консультации	заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог
4	<i>Взаимодействие с Центром профилактики наркомании несовершеннолетних (ул. Академическая, 74)</i>	в течение года	консультации	заместитель директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог

*При вхождении в коллектив новых участников образовательного процесса

Раздел 1. Диагностика

Диагностическое направление является важной составляющей психолого-педагогического сопровождения детей, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств. Она позволяет получить полную и точную информацию об индивидуальных особенностях несовершеннолетних, своевременно выявить сложности в психическом развитии, осмыслить программу коррекционных мероприятий. Психологическая диагностика, как правило, проводится на начальном этапе общения между педагогом-психологом и ребенком, поэтому должна проходить в безопасных и комфортных для ребенка условиях, в доброжелательной атмосфере. По результатам диагностики педагог-психолог намечает траекторию помощи ребенку, приглашает ребенка на занятия, которые позволят преодолеть сложности и проблемы в поведении и общении.

Диагностическое направление в программе реализуется также с родителями детей и педагогами. Прояснение эмоционального состояния, стрессоустойчивости, внутриличностных конфликтов родителя и их влияния на взаимоотношения между родителем и ребенком, позволяет педагогу-психологу начать разговор о необходимости внесения изменений в жизнь семьи и дать рекомендации родителям по гармонизации детско-родительских отношений.

Диагностика педагогов позволяет выявить их возможности на предмет работы в образовательных учреждениях, а также наличие профессионально-личностных и поведенческих деформаций стрессового типа. Основываясь на результатах такой диагностики, можно проводить программы снижения стресса в педагогическом коллективе, а также дать педагогам необходимые рекомендации.

Ниже представлен пакет диагностических методик, применяемых в программе.

Методика «Домики»

Диагностика эмоциональной сферы и прогноз адаптации учащихся

Методика «Домики» разработана детским психологом Ореховой Ольгой Александровной как инструмент оценки эмоциональной сферы ребенка и базируется на цвето-ассоциативном эксперименте, предложенном Эткингом А.М. для анализа отношений.

Категория методики: психосемантическая;

Возрастной диапазон: 4-12 лет;

Время тестирования: 20 минут;

Форма проведения: индивидуальная, групповая, компьютерная индивидуальная;

Обработка результатов: ручная, компьютерная;

Направление: особенности личности;

Тестирование: бланковое, компьютерное;

Назначение и сфера возможного использования методики. Эмоции – особый механизм отражения индивидом объективной реальности. Предпочтение учащимся тех или иных позитивных или негативных эмоций отражает накопленный им опыт и может служить критерием личностного развития и основой коррекционной работы.

Методика позволяет произвести диагностику:

- степени дифференцированности – обобщенности эмоциональной сферы учащегося;
- субъективной эмоционально-ценностной системы;
- деятельностных ориентаций, в том числе уровня сформированности эстетических и познавательных потребностей;
- предпочтений видов деятельности (методика является первой профессиограммой детей младшего школьного возраста);
- личностных отношений и вариантов личностного развития, с рекомендациями коррекции в случае необходимости в определенных личностных блоках.

Таким образом, при помощи методики можно выявлять наличие или отсутствие дифференциации, амбивалентности и инверсий эмоций и их сочетание у учащихся разного возраста и пола, а также сформированность эмоционального отношения к различным видам деятельности и на этой основе прогнозировать затруднения в развитии эмоциональной сферы. Полученные данные психологического прогноза можно использовать в психологическом консультировании и составлении коррекционных программ по развитию эмоциональной сферы.

Методика Ореховой используется для выявления предпочтительных видов деятельности у детей дошкольного возраста. Активно применяется в качестве адаптационного теста среди первоклассников для определения эмоционального отношения к школе, процессу обучения и педагогу, детско-родительских отношений.

Помимо диагностического, тестирование обладает психотерапевтическим эффектом, позволяя выразить при раскрашивании домиков собственное эмоциональное состояние. При этом в психике учащегося происходит обозначение негативных моментов, в результате которого возможным становится абстрагирование от них посредством создания индивидуального блока психологической защиты. Методика «Домики» обеспечивает выявление истоков эмоционального неблагополучия для разработки основных направлений коррекционной работы. Устранение переживаний негативного характера способствует реализации личностного эмоционального потенциала ребенка.

Содержание теста и особенности работы с методикой

Методика «Домики» Ореховой проходит в виде игры, состоящей из трех этапов. Суть заключается в раскрашивании цветными карандашами специально оформленного ответного листа.

Цель первого задания – простое цветовое ранжирование по степени предпочтения среди шести имеющихся вариантов (синий, зеленый, красный, желтый, коричневый, черный).

Во втором задании происходит подключение цвето-ассоциативного ряда эмоций. Данный этап состоит в том, чтобы подобрать подходящий цвет для раскрашивания изображенных домиков, в которых обитают разные эмоции.

Третий этап выявляет отношение к актуальным сферам деятельности. Варианты цветового выбора составляют индивидуальную шкалу предпочтений ребенка.

Психологическая диагностика проводится в форме индивидуальных или групповых занятий с детьми в зависимости от требований к чистоте эксперимента и определяется нормами, регламентирующими продолжительность различных видов деятельности ребенка определенного возраста, но не больше 20 минут на одного ребенка (группу) за одно занятие.

Тестирование может проводиться как в бланковой форме, так и в компьютерной. Компьютерное тестирование представлено в виде игры, где ребенок может самостоятельно раскрашивать домики под руководством взрослого. Обработку и интерпретацию полученных результатов также можно осуществить с помощью компьютерной программы. Детали и все дополнительные моменты, необходимые для составления итогового заключения и рекомендаций, подробно описаны в методическом руководстве, содержащем примеры и развернутые описания каждого этапа работы с методикой.

2. Методика «Вектор»

Диагностика развития группы и технологии формирования коллектива

Методика может быть использована в практике работы: психологов учебных заведений, педагогов, руководителей учебных заведений, тренеров-консультантов.

Категория методики: психосемантическая;

Возрастной диапазон: с 14 лет;

Время тестирования: 60-120 минут;

Форма проведения: индивидуальная, групповая;

Обработка результатов: компьютерная, ручная;

Направление: межличностные отношения;

Тестирование: бланковое, компьютерное;

Автор методики: Мельников Валерий Григорьевич, - руководитель регионального центра психологической работы Пушкинского института радиоэлектроники космических войск, автор концепции «динамическая модель группы», консультант по организационному развитию, автор монографии «Динамическая модель группы: теория и практика развития группы, организации», отмеченной премией министра обороны РФ.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Диагностическая часть методики представляет собой модифицированный вариант метода экспертных оценок, допускается тестирование групп общей численностью до 20 человек. Диагностика осуществляется по различным параметрам посредством парных сравнений, с последующей компьютерной статистической обработкой и многомерным представлением полученных результатов. Задание состоит из двух последовательно выполняемых частей:

Первая часть предполагает попарные сравнения членов группы по двум параметрам – способностям и моральным качествам, выполняемые с помощью двух таблиц. Принцип работы соответствует заполнению турнирной таблицы в спорте.

Вторая часть представляет собой письменные ответы на вопрос, что по мнению испытуемого мешает развитию группы с различных сторон: рядовых членов группы, непосредственных начальников и вышестоящего руководства.

Затем осуществляется количественная обработка результатов: в каждом бланке подсчитывается сумма баллов по каждой строке. После подсчета полученные суммы вводятся в компьютерную программу, которая производит следующие операции:

- Ранжирование членов группы по оценкам способностей и моральных качеств, то есть тем суммарным оценкам, которые получили члены группы от участников обследования.
- Графическое отображение номеров членов группы в двумерном пространстве, образованном осями координат «Способности» и «Моральные качества».
- Отображение взгляда каждого участника обследования на группу.
- Отображение общего взгляда всех участников обследования на группу.
- Отображение взгляда «экспертов» на группу, то есть построение структуры группы с учетом мнения только тех участников, которые выбраны как эксперты.
- Отображение общего взгляда всех участников обследования на каждого члена группы.
- Отображение взгляда экспертов на каждого члена группы.

3. Фрустрационный тест Розенцвейга (детский) Прогноз поведения в стрессовых и конфликтных ситуациях

Людмилой Аполлоновной Ясюковой адаптирован взрослый и детский вариант методики «Фрустрационный тест С. Розенцвейга». Тест предназначен для выявления эмоциональных стереотипов реагирования в стрессовых ситуациях и прогнозирования поведения в межличностном взаимодействии.

Категория методики: проективная;

Возрастной диапазон: с 6 до 12 лет;

Время тестирования: 25-30 минут;

Форма проведения: индивидуальная;

Обработка результатов: ручная, компьютерная;

Направление: особенности личности;

Тестирование: бланковое.

Назначение и сфера возможного использования методики. В психологии образования эффективно применяется детский вариант теста, он подойдет для диагностики детей от 6 до 12 лет. Методику можно использовать для выявления причин дезадаптации, которые часто кроются в особенностях межличностного взаимодействия детей, узости поведенческого репертуара при столкновении с трудностями и конфликтами, отсутствии опыта конструктивного решения спорных ситуаций. Методику можно использовать и для оценки эффективности социально-психологического тренинга, фиксируя изменения диапазона эмоционального реагирования при столкновении со сложным, пугающим и неожиданным. Результаты тестирования могут быть полезны для выявления степени социализации ребенка на разных этапах его развития, особенно в переходные, кризисные периоды (как возрастные, так и иного характера). Применение теста продуктивно для выявления детей с низким уровнем социальной адаптации с целью оказания социально-психологической помощи, причин неадекватного поведения учащихся по отношению к сверстникам и преподавателям (конфликтность, агрессивность, изоляция и др.). Методика применима не только для диагностики здоровых детей, но и воспитанников вспомогательных школ, имеющих легкие отклонения или задержки развития.

Результаты тестирования позволяют исследователю делать прогноз относительно адаптационного и творческого потенциала ребенка, прогнозировать поведение в стрессовой ситуации.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Стимульный материал включает в себя набор из 24 карточек, на которых изображены люди, взаимодействующие друг с другом. Испытуемому необходимо придумать ответ одного из персонажей, иллюстрирующий реакцию на фрустрирующую ситуацию, и записать его в специальный бланк. Обработка результатов тестирования состоит из двух последовательных этапов:

Качественная обработка, или кодирование ответов, в процессе которого осуществляется перевод речевых высказываний испытуемого в систему символов, характеризующих тип и направление фрустрационных реакций.

Количественная обработка, или подсчет процентного распределения реакций по каждому направлению и по каждому типу (можно произвести с помощью компьютерной программы), определение индивидуального «профиля», отражающего особенности поведения человека в ситуациях фрустрации.

Предусмотрены ручная и компьютерная обработка результатов. В методическом руководстве систематизируется уникальный авторский опыт работы с тестом, что облегчает освоение методики начинающими специалистами и расширяет возможности интерпретации для опытных психологов. Также в нем содержатся теоретические основы методики, подробные описания процедуры тестирования, обработки и интерпретации результатов, таблицы перевода данных и таблицы типичных ответов, приведена возрастная динамика и профессиональная типология фрустрационных реакций, описан опыт применения методики в клинике неврозов.

4. Фрустрационный тест Розенцвейга (взрослый) Прогноз поведения в стрессовых и конфликтных ситуациях

Людмилой Аполлоновной Ясюковой адаптирован взрослый вариант методики «Фрустрационный тест С. Розенцвейга». Тест предназначен для выявления эмоциональных стереотипов реагирования в стрессовых ситуациях и прогнозирования поведения в межличностном взаимодействии.

Категория методики: проективная;

Возрастной диапазон: с 13 лет;

Время тестирования: 25-30 минут;

Форма проведения: индивидуальная;

Обработка результатов: ручная, компьютерная;

Направление: особенности личности;

Тестирование: бланковое;

Назначение и сфера возможного использования методики. Известно, что при столкновении с неожиданными трудностями, стрессовыми обстоятельствами, конфликтными и напряженными ситуациями, поведение человека может внезапно меняться, приобретать нехарактерные для него в обычной жизни черты. Прогнозировать индивидуальное поведение учащегося при сдаче экзаменов, проверочных работ, и прочих ситуациях, когда учащийся может испытывать стресс. Для диагностики поведения человека в сложных ситуациях часто используются многочисленные личностные опросники, однако, как правило, они раскрывают систему жизненных установок, и отражают лишь вероятность того или иного поведения, к тому же

полученные результаты сильно зависят от желания человека быть откровенным с диагностом. Реальный прогноз поведения человека в конфликте – сложная задача, с которой успешно справляется проективная методика Саула Розенцвейга.

Во-первых, методика успешно выявляет уровень агрессивности, в том числе скрытую агрессию, которая может быть спровоцирована даже малозначимыми факторами.

Во-вторых, методика очень наглядно демонстрирует направленность личности на решение спорных вопросов, отражает умение проанализировать конфликтную ситуацию и найти конструктивные способы ее решения.

В-третьих, тест демонстрирует возможности адаптации личности в новых социальных условиях, социальную компетентность при решении конфликтов.

При помощи методики можно выявить особенности поведения в стрессе, профессиональные важные для педагогов и руководителей любого уровня: склонность брать на себя ответственность в сложных ситуациях; умение держать ситуацию под контролем, не допуская осложнений, возможность идти на компромиссы, отсутствие излишнего эмоционального включения в проблему.

По результатам тестирования можно сделать выводы об уязвимости учащегося, другого лица участвующего в учебном процессе в отношении конкретных стрессогенных факторов, выявить источники нарушений взаимоотношений с окружающими.

Диагностические возможности теста:

- Выявляет различные стратегии стресс-реагирования, в том числе неконструктивные;
- Отражает степень эмоциональной включенности в проблему;
- Дает представление о способности к анализу конфликта и поиску конструктивных решений;
- Свидетельствует о степени социальной адаптации личности;
- Позволяет выявить индивидуально значимые источники стресса;
- Дает возможность проявления неосознаваемых эмоциональных реакций, которые могут являться источником внутреннего конфликта.

Сферы применения: профориентация, профессиональный отбор персонала (выявляемые тестом качества являются профессионально важными для педагогов и руководителей в любой отрасли), клиническая практика, сопровождение процесса школьного обучения, индивидуальное психологическое консультирование.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Стимульный материал включает в себя набор из 24 карточек, на которых изображены люди, взаимодействующие друг с другом. Испытуемому необходимо придумать ответ одного из персонажей, иллюстрирующий реакцию на фрустрирующую ситуацию, и записать его в специальный бланк. Обработка результатов тестирования состоит из двух последовательных этапов:

Качественная обработка, или кодирование ответов, в процессе которой осуществляется перевод речевых высказываний испытуемого в систему символов, характеризующих тип и направление фрустрационных реакций.

Количественная обработка, или подсчет процентного распределения реакций по каждому направлению и по каждому типу (можно произвести с помощью компьютерной программы), определение индивидуального «профиля», отражающего особенности поведения человека в ситуациях фрустрации.

5. *Проективный тест мотивации «Анализ потребностей и скрытых мотивов»*

Тест, разработанный Александром Георгиевичем Шмелевым, предназначен для экспресс-диагностики структуры мотивационно-потребностной сферы личности. Методика позволяет быстро определить наиболее напряжённые и фрустрированные потребности человека (в самосохранении, сексуальном удовлетворении, алкоголе, деньгах, престиже, карьере, семейном благополучии, эстетических переживаниях и познании) как источника его нервно-психического неблагополучия, а также выбрать адекватное направление психотерапевтического воздействия.

Категория методики: психосемантическая;

Возрастной диапазон: с 16 лет;

Время тестирования: 10-15 минут

Форма проведения: индивидуальная

Обработка результатов: ручная

Направление: мотивация

Тестирование: бланковое

Назначение и сфера возможного использования методики. Тест давно и успешно применяется в самых разных областях приложения психологических знаний:

- В психологическом консультировании, для исследования основных потребностей учащегося и степени их фрустрации, выбора стратегии работы с ними;
- Выявления у учащихся адекватных индивидуальных стимулов, мотивирующих к эффективной деятельности в обучении и внеурочной деятельности;
- В профориентации при выборе профессии;
- Для выявления причин неуспеваемости старшеклассников, а также для составления прогноза успешности педагогической деятельности.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Предлагаемый вариант методики состоит из 43 шуточных фраз, напечатанных на карточках, и одной пустой карточки, которые необходимо разложить по 9 темам:

1. Агрессия (самозащита).
2. Взаимоотношения полов.
3. Пагубные пристрастия.
4. Деньги.
5. Мода.
6. Карьера.
7. Семейные неурядицы.
8. Человеческая глупость.
9. Бездарность в искусстве.

Пустую карточку испытуемому предлагается отнести к той теме, где окажутся наиболее понравившиеся ему шутки.

Тестирование дает много информации для наблюдения, так как юмористические фразы вызывают у испытуемых много разнообразных реакций, а особенности стимульного материала снижают уровень воздействия психологических защит, не вызывают сопротивления у тестируемых. Большинство испытуемых отмечали, что процесс тестирования вызывал у них положительные эмоции и поднимал настроение.

Тестирование проводится в бланковом формате, обработка и интерпретация результатов – специалистом-психологом. Полученные данные фиксируются на специальном бланке, затем рассчитываются качественно и количественно, «сырые»

оценки переводятся в стандартные при помощи таблицы, приведенной в методическом руководстве. По стандартным оценкам строится итоговый профиль. Заключение составляется специалистом–психологом в форме ответа на конкретную психодиагностическую задачу на основании итогового профиля с учетом контрольных показателей. Методическое руководство содержит подробную информацию о методике, мотивационных характеристиках, процедуре тестирования, обработки и интерпретации результатов.

6. Цветовой тест

Диагностика эмоционального состояния и прогноз стрессоустойчивости

Цветовой диагностический тест – отечественная модификация всемирно известной методики Макса Люшера, в которой феномен цветопредпочтения используется для диагностики эмоциональных особенностей и психофизиологического состояния человека, внутриличностных конфликтов, что непосредственно отражается на состоянии и взаимоотношениях между родителем и ребенком в разные периоды взросления последнего.

Категория методики: проективная;

Возрастной диапазон: с 5 лет;

Время тестирования: 3-5 минут;

Форма проведения: индивидуальная;

Обработка результатов: компьютерная с интерпретацией результатов;

Направление: функциональное состояние и работоспособность;

Тестирование: бланковое.

Назначение и сфера возможного использования методики. Концепция Макса Люшера основана на том, что все люди живут и действуют в примерно одной и той же цветовой среде. Поэтому ряд типовых жизненных ситуаций происходит при доминировании тех или иных цветовых тонов, что по законам высшей нервной деятельности приводит к ассоциированию цвета как элемента жизненной ситуации с психологическим состоянием, энергомобилизованностью организма и поведением, стимулируемым данной ситуацией. Если сигнальное значение цвета совпадает с возможностями и ведущей установкой организма, то цвет субъективно оценивается как приятный. Если рефлекторное влияние противоречит возможностям и установке организма, цвет становится неприятным, отвергается.

Тест применяется в различных областях психологической практики, особенно эффективно применение теста при оценке психофизиологического состояния и уровня восприятия информации родителей на разного рода мероприятиях проводимых ОО, при необходимости прогноза деятельности в сложных ситуациях взаимодействия родителя и ребенка и напряженных условиях.

Тест позволяет оценить уровень нервно-психического напряжения и стресса, выработать рекомендации по взаимодействию в членами малых групп, сформировать рекомендации по оптимизации процесса выполнения требуемой деятельности, нормализации условий взаимодействия.

В комплект входит оригинальная методика А. М. Эткинда «Цветовой тест отношений», предназначенная для диагностики эмоциональных компонентов отношений человека к значимым для него людям. Тест отражает как сознательный, так и частично неосознаваемый уровни этих отношений, что позволяет диагносту получить

более полную и достоверную информацию о системе отношений тестируемого, возможных конфликтах и противоречиях со значимыми другими.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Для повышения надежности результатов тестирования специалисты «Иматон» рекомендуют использовать 2 набора цветowych карточек. Это позволяет ограничить влияние более ранних цветowych последовательностей, выполненных испытуемым, на последующие. Комплектация теста включает 2 набора цветowych карточек (8 цветов) и удобную компьютерную программу обработки результатов, их интерпретации и хранения. Цветовые карточки предъявляются испытуемому на белом фоне в случайном порядке, далее предлагается выбрать наиболее приятные цвета по степени предпочтения (наиболее симпатичный, затем наиболее симпатичный из оставшихся и т.д.) до тех пор, пока не останется 3 последние карточки, из которых, в свою очередь, требуется выбрать наиболее неприятный цвет. Затем процедура повторяется еще раз. Выборы испытуемого заносятся специалистом в бланк или компьютерную программу. В результате обработки результатов программа выдает таблицы с данными тестирования (выборами), показатели суммарного отклонения от аутогенной нормы и вегетативного коэффициента, развернутую текстовую интерпретацию по всем параметрам тестирования.

Авторы методического руководства В.И. Тимофеев и Ю.И. Филимоненко описывают многочисленные исследования, проведенные на факультете Санкт-Петербургского государственного университета, направленные на стандартизацию и валидизацию метода, разработку новых количественных показателей. Также в методическом руководстве изложены основные моменты психодиагностической процедуры, критерии оценки результатов и варианты процедуры исследования. Хотелось бы напомнить, что полный тест Макса Люшера состоит из трех субтестов. В самом общем виде, в первом субтесте испытуемый высказывает свое отношение к оттенкам серого цвета; во втором – к восьми разным цветам (четыре основных и четыре дополнительных), в третьем – к основным цветам, а также к оттенкам основных цветов. В психодиагностической практике чаще всего используется второй субтест. В нем оптимально сочетаются простота процедуры тестирования, информативность его результатов, психологическая понятность перевода реакций испытуемого в оценки его психофизиологических особенностей. В этой связи в методическом руководстве описан именно второй восьмицветовой субтест методики Люшера.

7. Тест детской апперцепции (САТ) **Глубинная диагностика личности ребенка**

Тест детской апперцепции (САТ) разработан известными американскими специалистами в области эго-психологии, психиатрами-психоаналитиками Л. Беллаком и С. Беллак. САТ является проективной (апперцептивной) методикой, предназначенной для психологической диагностики эмоционального состояния, потребностей и личности детей в возрасте от 3 до 10 лет, базирующейся на изучении динамики индивидуальных различий в восприятии стандартных стимулов.

Категория методики: проективная;

Возрастной диапазон: 3-10 лет;

Время тестирования: 40-60 минут;

Форма проведения: индивидуальная;

Обработка результатов: ручная;

Направление: особенности личности;

Тестирование: бланковое.

Назначение и сфера возможного использования методики. САТ разрабатывался с целью выявления отношения ребенка к наиболее значимым для него людям, его мотивов. При помощи методики появляется возможность обнаружения и оценки следующих проблем, особенностей и факторов:

- особые проблемы, связанные с питанием, и иные специфические проблемы развития;
- проблемы конкуренции и взаимоотношений ребенка с братьями, сестрами;
- отношение ребенка к образам родителей, а также способ их восприятия;
- отношение ребенка к родителям как к супружеской паре (теоретически описываемое в рамках Эдипова комплекса);
- фантазии ребенка: агрессивные, фантазии, в которых отражается восприятие им мира взрослых и ощущение своего места в нем;
- содержание ночных страхов и фобий;
- динамика межличностных отношений;
- особенности защитных механизмов психики ребенка;
- особенности потребностно-мотивационной сферы ребенка;
- адаптационные возможности ребенка;
- наличие у ребенка каких-либо психических нарушений.

Область применения методики имеет весьма широкий диапазон. В психологическом консультировании — для выявления отношений ребенка к наиболее значимым для него людям, его преобладающих мотивов.

САТ может быть полезен в работе клинического психолога для определения динамических и структурных особенностей поведения ребенка среди других детей в школе, детском саду или дома.

САТ может дать богатый материал большинству детских специалистов: психоаналитикам, психиатрам, психологам, социальным работникам, педагогам, а также изучавшим психологию педиатрам.

В психотерапии — для выявления глубинных проблем и неосознаваемых конфликтов, являющихся препятствием для развития ребенка.

В здравоохранении — для изучения проблем ребенка, возникающих в ходе развития.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Тест детской апперцепции состоит из двух наборов по 10 картинок, изображающих животных в различных ситуациях и одного набора с фигурами людей, по которым испытуемому предлагается составить рассказ, описание того, что происходит, пофантазировать, поиграть. Тест можно использовать полностью или частично, выбирая из набора карточки, соответствующие предполагаемым проблемам ребенка.

Методика содержит следующие вариации карточек-картинок:

Основной набор с изображениями животных: отражает типичные ситуации, бессознательно знакомые любому ребенку (семейные сцены, питание, прогулки, гигиенические процедуры и др., символическое изображение родителей). В большинстве случаев в психологической работе используют именно его.

Дополнительный набор: в него вошли ситуации, не отраженные в полной мере в первом наборе: сцены социальной жизни, школьная история, положение ребенка в группе, беременность матери. Второй набор можно использовать в том случае, если заранее существует предположение о конкретной проблеме, либо, если жизнь ребенка

не насыщена семейными ситуациями (например, в случаях социальной депривации), и появляется необходимость рассмотреть его актуальные ресурсы и проблемы в разрезе сегодняшнего дня (положение в группе, успехи в учебе и др.).

Третий набор повторяет сцены первого набора, но с изображением людей. Его можно использовать в случае неприятия ребенком сцен с животными (такое редко, но встречается). К тому же, некоторые дети говорят, что не знают животного, изображенного на картинке, и это может стать непроходимым препятствием при работе.

Важно отметить, что данный тест уникален с точки зрения работы с детьми, так как позволяет обходить психологические защиты: детям легче ассоциировать себя с животным, говоря о проблемах, страхах, отношениях и т.д.

Проведение методики бланковое. Стимульный материал теста и инструкции по его использованию снабжены развернутыми примерами и комментариями. Обработка и интерпретация результатов тестирования производится специалистом вручную с помощью методического руководства. В комплект методики входят специальные бланки фиксации результатов, в которых представлены основные показатели для анализа и интерпретации ответов. Также в методическом руководстве присутствует развернутый пример итогового заключения по результатам тестирования.

8. Методика «Ориентир» **Экспресс-диагностика профессиональных склонностей**

Методика автоматизированной экспресс-профориентации предназначена для диагностики профессиональных склонностей и представлений о профессиональных способностях молодежи и взрослых людей. Кроме того, она служит для информирования о различных профессиях. Методика «Ориентир» разработана Игорем Леонидовичем Соломиным для оказания помощи молодым и взрослым людям в выборе направления профессиональной карьеры и определении места работы в системе ценностей человека выбравшего ту или иную профессию в соответствии с их склонностями, способностями и потребностями.

Категория методики: личностный опросник;

Возрастной диапазон: с 14 лет;

Время тестирования: 10-15 минут;

Форма проведения: индивидуальная, групповая, компьютерная;

Обработка результатов: ручная, компьютерная;

Направление: профориентация;

Тестирование: бланковое, компьютерное;

Назначение и сфера возможного использования методики. Методика проста в обращении, не требует специальных психологических знаний и может быть использована как специалистами, так и клиентами самостоятельно. Она ориентирована на работу специалистов-психологов, профконсультантов и преподавателей в условиях школ, психолого-педагогических и медико-социальных центров, центров профориентации, учреждений профессионального образования и служб занятости, характеризуется более чем 10-летним опытом практического использования. Также, может дополнять результаты личностных опросников при глубоком профориентационном тестировании, использоваться в составе диагностических комплексов для выявления субъективных представлений клиента о подходящей профессиональной области. При необходимости методика может использоваться в режиме самодиагностики и самостоятельного получения информации о профессиях,

пользующихся спросом на рынке труда. Методику можно использовать при индивидуальном консультировании или проводить в группе.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Материал методики включает в себя следующие составляющие:

Анкета «Ориентация»: позволяет быстро и просто определить направленность клиента на ту или иную группу профессий, оценив такие параметры, как профессиональные склонности и профессиональные способности, и часто используется в случае затруднения клиента в выборе направления для обучения или переобучения.

Карта профессий: позволяет проинформировать клиента о различных видах профессий, требованиях, предъявляемых ими к человеку, и поспособствовать выбору конкретной профессии из наиболее предпочитаемой группы.

Основой методики является компьютерная программа, позволяющая в течение 10-15 минут провести тестирование клиента и далее познакомить его с результатами. В итоге тестирования определяется наивысший суммарный балл по группам суждений. В зависимости от того, в какой группе клиент набрал максимальный балл, определяется наибольшая склонность к соответствующему типу или классу профессий. Группы суждений характеризуют профессии по признакам:

Предмет труда (первые пять групп): человек-человек, человек-техника, человек-знаковая система, человек-художественный образ, человек-природа.

Характер труда (последние две группы суждений): соответствуют двум классам профессий – исполнительские и творческие.

Важно отметить, что методика реализует экспресс-метод профориентации, занимая всего 10 минут, что не вызывает напряжения и отторжения у тестируемых. Таким образом, совершается базовый шаг в профессиональном консультировании – первичная консультация, начало разговора о профессиях. При этом методика имеет достаточную степень валидности и отлично справляется со своей функцией диагностики профессиональных интересов.

Методическое руководство содержит подробное описание всех типов и классов профессий, процедуры тестирования, обработки и интерпретации результатов, данные о надежности и валидности методики, ее теоретические основы, развернутые рекомендации и примеры.

9. Методика «ИДИКС»

Интегральная диагностика и коррекция профессионального стресса

Система ИДИКС является авторской разработкой известного отечественного психолога, доктора психологических наук Анны Борисовны Леоновой и представляет собой перспективную технологию управления стрессом полного цикла, начиная от диагностики характерных причин негативных проявлений стресса в конкретных видах труда и заканчивая подбором комплекса коррекционно-превентивных мероприятий каждого отдельного случая.

Категория методики: психокоррекционная;

Возрастной диапазон: с 17 лет;

Время тестирования: 20-30 минут;

Форма проведения: индивидуальная, групповая, компьютерная индивидуальная;

Обработка результатов: компьютерная с интерпретацией результатов;

Направление: функциональное состояние и работоспособность;

Тестирование: бланковое, компьютерное;

Комплектация: примеры заключений;

Назначение и сфера возможного использования методик. При создании этой системы учтены потребности трех разных категорий «конечных пользователей» получаемой информации:

1. отдельного клиента или целевой группы участников, проходящих индивидуализированное психодиагностическое обследование;
2. представителя организации-заказчика (руководство и административный состав), ответственного за создание оптимальных рабочих условий и проведение работ по устранению стресса;
3. факторов трудовой среды в образовательном учреждении.

Многомерная диагностика стресса позволяет определить:

- Факторы риска трудовой/организационной среды в ОО;
- Субъективный образ трудностей в трудовой ситуации;
- Деструктивную симптоматику острых и хронических стрессовых состояний;
- Фиксацию профессионально-личностных и поведенческих деформаций стрессового типа.

В настоящее время накоплен значительный опыт по использованию системы ИДИКС при работе с различными профессиональными контингентами: учителями высшей и средней школы, а так же инженерно-техническим персоналом, сотрудниками офисов и банковских структур, следователями и военнослужащими и пр. Особенно методика будет полезна в сферах деятельности, требующих напряженных условий труда.

Полученные данные свидетельствуют о высокой эффективности применения разработанной диагностико-превентивной системы ИДИКС в практике психологической работы по борьбе со стрессом и сохранения здоровья персонала образовательных организаций.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Структура системы ИДИКС состоит из трех частей:

Диагностическая – многофакторная оценка симптоматики профессионального стресса отдельного индивида или группы обследуемых на момент тестирования.

Оценочная – вынесение интегрированного суждения об общем уровне развития профессионального стресса и его качественной характеристике на основе стандартизированных психометрических правил и алгоритмов оценки.

Преვენтивная – подбор и составление программ оптимизационных мероприятий в соответствии со спецификой выявленного синдрома профессионального стресса.

Индивидуальную диагностику можно проводить в бланковом и компьютерном варианте. Стандартное время работы с системой составляет 20-30 минут. По результатам тестирования система выдает пользователю индивидуальный профиль стресса, в котором содержатся сведения об общем уровне стресса и детализированная интерпретация наиболее критичных особенностей его проявлений. Далее, в соответствии с выявленной спецификой синдрома пользователь получает рекомендации оптимизационного характера по устранению негативных последствий стресса. В компьютерной программе заложены три вида уникальных заключений с ограниченным доступом: для клиента, для руководителя и психолога. В методическом руководстве подробно описаны все этапы процедуры тестирования, обработки и интерпретации результатов, приведены развернутые примеры профилей, заключений, описания шкал.

Измерение уровня развития интеллекта

Тест Дэвида Векслера (WISC) является одним из самых известных психологических когнитивных тестов, предназначенным для исследования структуры интеллекта детей в возрасте от 5 до 16 лет. Тест является надежным, научно обоснованным и апробированным в школьной и медицинской практике психодиагностическим инструментом.

Категория методики: когнитивный тест;

Возрастной диапазон: с 5 до 16 лет;

Время тестирования: 90-100 минут;

Форма проведения: индивидуальная;

Тестирование: бланковое;

Обработка результатов: ручная;

Направление: интеллектуальные и творческие способности.

Назначение и сфера возможного использования методики. Тест может быть полезным при решении следующих диагностических задач:

- Оценка развития умственных способностей, общей эрудиции.
- Определение объёма памяти, преобладающего типа мышления и других особенностей познавательных психических процессов.
- Определение готовности ребенка к обучению в школе.
- Оценка и профилактика возможных причин неуспеваемости школьника.
- Выявление умственной отсталости и задержки психического развития ребенка.

Тест Векслера широко используется в дошкольных и школьных, в том числе специальных (коррекционных), образовательных учреждениях, детских реабилитационных и социальных центрах, для распределения учащихся в профильные или специализированные классы, определения потенциальных способностей ученика или выявления причин его неуспеваемости.

В психологической практике тест применяют для диагностики интеллектуальных нарушений, оценки интеллектуального потенциала ребенка.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Тест Векслера – классический инструмент измерения уровня развития интеллекта, широко используемый в психологической практике, имеющий высокую надежность. Однако это вовсе не снижает требований к знаниям, навыкам, и психологической интуиции экспериментатора. Твердое знание им порядка предъявления стимульного материала и правил численной обработки ответов испытуемого следует считать обязательным условием при принятии решения об использовании методики в психодиагностических целях. Заключение должен делать специалист-психолог, обладающий, помимо знания методики, общей квалификацией в отношении психологии обучения, развития и отклонений в развитии.

Тест Векслера состоит из 12 субтестов, которые образуют вербальную и невербальную группы. Каждый субтест включает от 10 до 30 постепенно усложняющихся вопросов и заданий.

Вербальная группа заданий позволяет оценить интеллектуальные вербально-логические способности, связанные с уровнем и качеством образования, условиями жизни и развития. Вербальный показатель опирается на: общую осведомлённость, способность строить умозаключения и обобщать, уровень словарного запаса, математические и логические способности, объём памяти.

Невербальная группа задач связана с оценкой перцептивных характеристик и в меньшей степени зависит от полученных на момент тестирования знаний и общего уровня образования. Невербальный показатель включает: оценку пространственного мышления, способность соотносить части и целое, оценку аналитико-синтетических способностей, оценку свойств внимания.

Выполнение каждого субтеста оценивают в баллах с их последующим переводом в унифицированные шкальные оценки, позволяющие анализировать конечные данные. Учитывается общий интеллектуальный коэффициент (IQ), соотношение вербального и невербального интеллектов, производится анализ выполнения каждого задания. Количественная и качественная оценки выполнения испытуемым заданий дают возможность установить, какие стороны интеллектуальной деятельности сформированы хуже, и каким образом они могут компенсироваться. Низкий количественный балл по одному или нескольким субтестам свидетельствует об определенном типе нарушений. Выделяют качественные и количественные признаки, характерные для той или иной формы нервно-психической патологии.

Результаты диагностики обрабатываются вручную. В подробном методическом руководстве детально описаны все этапы тестирования и интерпретации данных, представлены развернутые обоснования и комментарии по всем диагностическим моментам на каждой ступени работы с методикой.

11. Методика «Сигнал»

Экспресс-диагностика и профилактика суицидального риска

Методика «Сигнал» - надежный психодиагностический инструмент, позволяющий выявлять лиц с высоким риском суицидальных реакций при взаимодействии с субъектами профилактики и школой. Данная методика является серьезным профилактическим инструментом работающим на предотвращение и раннее выявление возможных рисков связанных с суицидальным поведением, суицидальными намерениями и замыслами.

Основное отличие методики «Сигнал» от большинства существующих методов выявления суицидальных тенденций в том, что данная методика основана на объективном измерении психофизиологических реакций, что позволяет делать более надежный прогноз по сравнению с опросными и экспертными методами, часто используемыми в этой области. Тест сконструирован и предъявляется таким образом, что для испытуемого остается скрытым, какие стороны его поведения и переживаний подвергаются изучению. Это значительно уменьшает возможность сознательных искажений реакций испытуемого при проведении обследования, делает его результаты более достоверными.

Категория методики: когнитивный тест;

Возрастной диапазон: с 16 лет;

Время тестирования: 7 -10 минут;

Форма проведения: индивидуальная;

Обработка результатов: компьютерная с интерпретацией результатов;

Тестирование: компьютерное;

Направление: мотивация;

Назначение и сфера возможного использования методики. Прогнозирование суицидального поведения с целью профилактики суицидов является одной из основных

задач, стоящих перед медико-психологическими службами различных учреждений здравоохранения, образования и социальной помощи населению. При этом в одних случаях речь идет о своевременном выявлении лиц с высоким риском суицидальных реакций, в других – об оценке суицидального риска у лиц, уже совершавших попытку самоубийства или самоповреждения. Методика «Сигнал» может использоваться в клинике, в судебно-психологической экспертизе, в учреждениях исполнения наказаний, в силовых структурах, при профессиональной деятельности в экстремальных условиях, в случаях посттравматических расстройств, кризисных состояний, для решения задач профилактики, психотерапии и реабилитации суицида.

Помимо авторской разработки «Сигнал» в состав методики входит «Опросник антисуицидальных мотивов» - русскоязычная версия опросника известного американского суицидолога М. Лайхен, адаптированная М.В. Олиной. Методика обладает не только диагностической, но и психотерапевтической ценностью, позволяя выявлять наиболее значимые для клиента жизненные факторы, которые можно рассматривать в качестве антисуицидальных ресурсов в психотерапевтической работе с клиентом. Выявление актуальных антисуицидальных мотивов позволяет разработать план действенной психотерапии для конкретного клиента.

Разработка и апробация методики осуществлялась на кафедре военной психофизиологии Санкт-Петербургской Военно-медицинской академии им. Кирова. Авторами данной разработки являются: Михаил Владимирович Зотов – доктор психологических наук, профессор кафедры медицинской психологии и психофизиологии Санкт-Петербургского государственного университета. Владимир Михайлович Петрукович - кандидат медицинских наук, доцент кафедры военной психофизиологии Санкт-Петербургской Военно-медицинской академии им. Кирова.

Содержание теста и особенности работы с методикой. Суть методики заключается в регистрации времени реакции на дополнительный звуковой стимул при решении испытуемым задач по выявлению грамматических ошибок в предложениях с нейтральным и суицидальным содержанием. Методика «Сигнал» реализована в виде полностью компьютерной программы, обеспечивающей все этапы работы (тестирование, обработка и интерпретация результатов, краткое заключение). Итогом тестирования является показатель суицидального риска (ПСР), на основании которого можно делать выводы о рисках, связанных с суицидальными тенденциями, или их отсутствии. Тестирование занимает буквально 7-10 минут и не предъявляет высоких требований к уровню образования и интеллектуального развития обследуемых, за исключением, пожалуй, автоматизированного навыка чтения. Основанная на учете объективных показателей (время простой сенсомоторной реакции), методика «Сигнал» позволяет делать надежный прогноз возможности истинного суицидального поведения, отличать склонных к суициду испытуемых от лиц с самоповреждающим и демонстративно-шантажным поведением.

Методическое руководство содержит основные понятия и характеристики суицидального поведения, описания методических подходов к диагностике этого явления, характеристики методики, информацию о ее апробации и результатах.

Комплектация методики. Методическое руководство «Методика экспресс-диагностики суицидального риска «Сигнал», М. В. Зотов, В. М. Петрукович, В. Н. Сысоев

Методическое руководство «Опросник антисуицидальных мотивов», М. В. Олина;
Флеш-накопитель с программой тестирования, обработки и хранения результатов;
Бланки ответов к опроснику антисуицидальных мотивов;

Ключ для ручной обработки результатов;
Гарантийная карта «Иматон»;
Сертификат качества «Иматон»;
Фирменная ручка «Иматон»;
Коробка - футляр с магнитным клапаном.

12. Тест Векслера (взрослый вариант) Измерение уровня развития интеллекта

Тест Векслера – классический инструмент измерения уровня развития интеллекта. В основе русскоязычной адаптации методика WAIS, включающая комплекс субтестов, направленных на диагностику вербального и невербального интеллекта. По своему содержанию методика направлена на оценку базисных интеллектуальных функций, обеспечивающих успешность поведения в различных ситуациях и эффективность в различных видах деятельности.

Категория методики: Когнитивный тест

Возрастной диапазон: с 16 лет

Время тестирования: 90-100 минут

Форма проведения: Индивидуальная

Обработка результатов: ручная

Направление: интеллектуальные и творческие способности

Тестирование: бланковое

Назначение и сфера возможного использования методики.

«Интеллект – это комплексная глобальная способность индивидуума целенаправленно вести себя, разумно мыслить и успешно взаимодействовать с внешней средой» Д. Векслер.

Методика применяется для решения важнейших задач психологической практики:

- определение общего уровня интеллекта взрослого человека;
- определение объёма памяти, преобладающего типа мышления и других особенностей познавательных психических процессов;
- определение уровня сохранности интеллекта;
- уточнение клинической картины нервно-психических заболеваний;
- выявление потенциала обучаемости и уровня одаренности.

Тест Векслера широко используется в психологическом консультировании, в системе образования, профессиональном отборе персонала и медицине.

Содержание теста и особенности работы с методикой.

Методика состоит из 11 субтестов.

Вербальная группа заданий (6 субтестов) позволяет оценить широту и направленность познавательных интересов, уровень словарного запаса, способности к логическому мышлению, уровень концентрации произвольного внимания и качество оперативной памяти. Уровень и структура вербального интеллекта тесно связана с полученным образованием и многообразием жизненного опыта.

Невербальная группа задач (5 субтестов) направлена на оценку зрительно-моторной координации, перцептивных способностей, аналитико-синтетических способностей и пространственного мышления. Успешность в решении невербальных заданий в меньшей степени зависит от полученного образования и опирается на

сформировавшиеся умения индивида, особенности его психофизиологических, сенсомоторных и перцептивных характеристик.

Вербальные и невербальные субтесты предъявляются испытуемым в следующем порядке:

Осведомленность: здесь испытуемый должен продемонстрировать объем наличных знаний из различных сфер жизни.

Понятливость: требует от испытуемого понимания некоторых обобщенных закономерностей и правил социального поведения.

Арифметический: предполагает решение испытуемым арифметических задач нарастающей сложности.

Сходство: от испытуемого требуется назвать существенные признаки сходства пар понятий.

Повторение цифр: испытуемый запоминает называемые ему последовательности цифр и должен точно воспроизвести их в прямом или обратном порядке.

Словарный: перед испытуемым ставится задача объяснить смысл ряда слов (дать их определение).

Шифровка: имея перед собой таблицу, в которой каждой цифре от 1 до 9 соответствует определенный графический символ, испытуемый должен как можно быстрее вписывать необходимые символы в строчки случайно расположенных цифр.

Недостающие детали: испытуемому предъявляются схематические картинки, в которых он должен указать существенную недостающую деталь.

Кубики Коса: испытуемый складывает из кубиков заданные графические фигуры.

Последовательные картинки: перед испытуемым ставится задача расположить набор схематических картинок в осмысленную последовательность и составить по ней законченный рассказ.

Складывание фигур: испытуемый должен собрать сложно разрезанные целые фигуры из разложенных перед ним деталей.

Тестирование проводится в бланковом формате, некоторые задания выполняются с учетом времени. Выполнение каждого субтеста оценивают в баллах с их последующим переводом в унифицированные шкальные оценки, позволяющие анализировать конечные данные. Учитывается общий интеллектуальный коэффициент (IQ), соотношение вербального и невербального интеллектов, производится анализ выполнения каждого задания. Количественная и качественная оценки выполнения испытуемым заданий дают возможность установить, какие стороны интеллектуальной деятельности сформированы хуже, и каким образом они могут компенсироваться. Низкий количественный балл по одному или нескольким субтестам свидетельствует об определенном типе нарушений. Выделяют качественные и количественные признаки, характерные для той или иной формы нервно-психической патологии.

Результаты диагностики обрабатываются вручную: подсчитывается общая сумма баллов, которая с помощью специальных нормативных возрастных таблиц затем переводится в стандартизированные единицы. В подробном методическом руководстве детально описаны все этапы тестирования и интерпретации данных, представлены развернутые обоснования и комментарии по всем диагностическим моментам на каждой ступени работы с методикой. Однако заключение по результатам тестирования не может пониматься как механическое последовательное описание субтестовых и шкальных оценок. Конечные выводы по испытуемому должен делать специалист-психолог, обладающий, помимо знания методики, общей квалификацией в отношении психологии отклонений в развитии.

13. Тест Тулуз-Пьерона

Диагностика минимальных мозговых дисфункций

Методика является модификацией корректурного теста — невербального теста достижений. Тест Тулуз-Пьерона первично направлен на изучение свойств внимания (концентрации, устойчивости, переключаемости) и психомоторного теста, вторично — оценивает точность и надежность переработки информации, волевую регуляцию, личностные характеристики работоспособности и динамику работоспособности во времени.

Категория методики: Когнитивный

Возрастной диапазон: с 6 лет

Время тестирования: 10 минут

Форма проведения: индивидуальная, групповая

Обработка результатов: ручная

Направление: функциональное состояние и работоспособность

Тестирование: бланковое

Назначение и сфера возможного использования методики.

Применение этой методики для диагностики минимальной мозговой дисфункции (ММД) детей с шести лет и старше обосновано кандидатом психологических наук Людмилой Аполлоновной Ясюковой.

Минимальные мозговые дисфункции (ММД) — наиболее легкие формы церебральной патологии, возникающие вследствие самых разнообразных причин, но имеющие однотипную невыраженную стертую неврологическую симптоматику и проявляющиеся в виде функциональных нарушений, обратимых и компенсируемых по мере роста и созревания мозга.

Методика может успешно применяться:

в сфере образования — для определения ММД, как причины неуспеваемости и проблем обучения;

здравоохранения — для диагностики ММД;

в профориентации и профотборе — для изучения особенностей, динамики работоспособности и внимания.

Содержание теста и особенности работы с методикой.

К преимуществам теста относится его независимость от культурной принадлежности, уровня вербального и социального интеллекта испытуемого, даже существенные дефекты речи и слуха не влияют на результативность его выполнения. Задания простые, решаются наглядно, посредством сравнения с образцами. По своему характеру работа с тестом — монотонная, несложная деятельность, требующая постоянного напряжения внимания и волевого усилия.

Тестирование производится в бланковой форме, обработка и интерпретация результатов — вручную специалистом. В методическом руководстве выделяются причины возникновения и формы проявления ММД. Для каждого типа нарушений, в том числе синдрома гиперактивности и дефицита внимания (СДВГ), приводится психологический портрет, характеризующий особенности поведения и протекания психических процессов ребенка, обсуждаются возможности компенсации выявленных отклонений, которые крайне важно обнаружить в младшей школе для более эффективной работы по их устранению. Проводится четкая граница между первичными отклонениями в психическом развитии, неизбежно сопутствующими ММД, и

вторичными дефектами, которые, вопреки традиционному взгляду, могут быть предотвращены при своевременном обнаружении. Кроме того, определяются критерии отличия ММД от задержки психического развития (ЗПР) и предлагаются основные принципы и конкретные методы работы в рамках авторской программы оптимизации обучения и развития детей с ММД.

Раздел 2. Профилактика

Диагностические мероприятия не имеют смысла, если они не включены в систему целостной профилактической работы. Организация профилактической работы может осуществляться в разных направлениях. Прежде всего, это зависит от ключевых задач, которые ставит конкретная служба с учетом специфики школьной ситуации.

Различают первичную, вторичную и третичную профилактику. **Первичная профилактика** касается всех участников образовательного процесса. Она предполагает широкий охват педагогов, учащихся, их родителей программами просвещения в отношении жестокого обращения с детьми, снижения конфликтности, улучшение психологического климата в образовательной организации. **Вторичная профилактика** применяется к тем детям, кто еще не пострадал от насилия, но находится в ситуации повышенного риска. **Третичная профилактика** предполагает работу с детьми, пострадавшими от жестокого обращения и преступных посягательств и направлена на оказание помощи и предупреждение повторения насилия в будущем.

Программа профилактической работы с обучающимися

Занятие 1

«Права, обязанности и ответственность несовершеннолетних»

Цель: сформировать правовую грамотность и умение по соблюдению и выполнению прав, обязанностей и ответственности за свои поступки у учащихся.

Задачи:

1. Расширить знания и представления о основных правах и обязанностях несовершеннолетних.
2. Воспитывать толерантное отношение к окружающим.
3. Формировать умение применять знание прав и обязанностей на практике.

Оборудование: плакат с расшифровкой аббревиатур «права», «обязанности», «ответственность»; всеобщая декларация прав ребенка, конвенция о правах ребенка, Устав Образовательного учреждения; ручки, листы с заданиями, буклеты с правами и обязанностями, ситуации, виды наказаний.

Ход занятия

Приветствие

Упражнение «Познакомь с соседом справа»

Ребята сидят по кругу. Каждый ребенок по очереди называет имя сверстника, сидящего справа, и передает ему мяч.

Ведущий повторяет имена участников. Если он ошибается, то дети хором поправляют его.

Разминка

Упражнение «Переходы»

Ведущий предлагает участникам собраться в группы по цвету волос (цвету глаз, по росту и пр.). В конце игры ребята вместе с ведущим обсуждают свои впечатления.

Основная часть

Сегодня мы с вами поговорим о правах, обязанностях и ответственности несовершеннолетних. Вы познакомитесь с новыми понятиями и постараетесь вспомнить все, что уже знаете по этой теме.

Право – это норма и правила поведения в обществе.

Люди должны жить по правилам, которые заложены в обществе, определены обычаями, традициями, жизненным опытом многих поколений, тогда в этом обществе будут действовать принципы разума, справедливости, совести и порядка.

- Скажите, а кто, прежде всего, проявляет беспокойство о вас, пытается уберечь от неприятностей, создает все необходимое для вашего развития условия, защищает ваши интересы и права?

Конечно - же, в первую очередь, взрослые, которые ежедневно находятся с вами. Это родители, классные руководители, воспитатели, психолог, социальный педагог. Но о детях так же заботятся общественные организации, которые главной своей задачей считают защиту детей. Наиболее авторитетной среди них является организация Объединенных наций (ООН).

10 декабря 1948 года государствами, входящими в ООН, была подписана Всеобщая декларация прав человека (показ документа). Всеобщая декларация прав человека полезный и нужный документ, но в ней говорится о людях, ни слова о детях. А ведь именно дети нуждаются в особом внимании, заботе и защите. Именно поэтому 20 ноября 1989 года ООН приняла особый документ под названием «Конвенция о правах ребенка» (показ документа).

Конвенция – это международное соглашение. В нем говорится, что государства, подписавшие ее, взяли на себя обязательства заботиться о вас, вашем здоровье, благополучии, образовании и всестороннем развитии.

- Какие права ребенка узнаете?

Знакомство со статьями Конвенции о правах ребенка.

В Конвенции 54 статьи, с некоторыми из них мы сейчас познакомимся, которые вы должны знать.

- Ребенком является каждое человеческое существо до достижения 18 возраста (статья 1).

- Право на жизнь (статья 6).

- Право на имя при рождении (статья 7), эти сведения записываются в специальном документе, который называется свидетельство о рождении. В этом документе записывают дату и год вашего рождения, где вы родились, и кто ваши родители. А когда вам исполняется 14 лет, вы получаете другой документ.

- Как он называется? (паспорт)

- Право на медицинскую помощь.

- Право на образование (статья 28), поэтому вы должны пользоваться этим правом и хорошо учиться.

- Право на отдых и досуг (статья 31), к сожалению, очень часто многие, зная свои права, пользуются только во благо своих интересов, не считаясь с другими.

Например, вы любите слушать громкую музыку. Но если вы мешаете кому-то читать книгу, или рядом находится больной, то вы нарушаете права на отдых другого человека. Вы можете пользоваться правами только тогда, когда не нарушаете права других. Вы обязаны уважать права других людей.

- Право на индивидуальность.
- Право свободно выражать свое мнение (статья 13), ребенок может высказать вслух все, что думает. Только помните, прежде чем что-то сказать или написать, нужно хорошо подумать.

- Право на специальную охрану и защиту.
- Право на заботу и воспитание родителями.
- Право на всестороннее развитие и уважение человеческого достоинства.
- Право на защиту своих прав и законных интересов родителями.
- Право на личную жизнь, семейную жизнь, неприкосновенность жилища, тайну переписки.

- Право на защиту от эксплуатации (статья 32), когда вас просят вынести мусор, это не принудительный труд, а посильная для вас помощь по хозяйству, самообслуживание. Дети с 14-16 лет имеют право работать в свободное от учебы время по 4 часа в день; с 16-18 лет имеют право работать в свободное от учебы время по 6 часов в день с согласия родителей или законных представителей.

- Скажите, какие даты, связанные с правами ребенка, вы знаете?

Календарь правовых дат.

1 июня – Международный день защиты детей

20 ноября – Всемирный день прав ребенка

10 декабря – День прав человека

12 декабря – День конституции Российской Федерации

- Скажите, пожалуйста, если вдруг кто-то нарушил ваши права, куда вы обратитесь?

Вы можете обратиться к родителям, психологу, администрации школы, социальному педагогу. Еще существует единый общероссийский телефон доверия 8-800-2000-122.

Молодцы ребята, вы все хорошо знаете свои права. Но еще нужно помнить о том, что человек имеет и обязанности.

- Что такое обязанности?

Обязанность – это круг действий, возложенных на кого-нибудь и безусловных для выполнения.

Сейчас мы с вами вспомним качества, помогающие людям не нарушать права и не забывать обязанности.

1. Качество человека, который поступает с другими по правилу: относись к другим так, как бы ты хотел, чтобы относились к тебе (порядочность).

2. Качество человека, который всегда поступает честно по отношению к другим (справедливость).

3. Качество, свидетельствующее о толковости, рассудительности (разумность).

4. Качество учтвого человека, соблюдающего все правила приличия (воспитанность).

5. И тогда такому человеку легко будет жить по принципу: «Твои права кончаются там, где начинаются (обязанности).

Вспомним высказывание известного политического деятеля К. Маркса

«Нет прав без обязанностей, нет обязанностей без прав».

- Ребята, а какие обязанности есть у вас?

Главный закон нашей страны называется Конституцией Российской Федерации, вот в ней-то об обязанностях и написано. Зачитаем самые важные обязанности, которые внесены в конституцию РФ:

- соблюдать законы;
- охранять природу;
- защищать отечество;
- заботиться о родителях;
- получить образование.

Каждый из вас кроме прав имеет и обязанности, и с каждым годом, по мере вашего взросления их становится все больше и больше.

- Где могут быть записаны обязанности учеников? (показ Устав школы), так вот в уставе записаны обязанности школьника:

- добросовестно учиться, не пропускать занятия без уважительных причин;
- беречь школьное имущество;
- уважать учеников и работников школы;
- выполнять устав школы;
- выполнять правила внутреннего распорядка.

Учащимся запрещается:

- приносить, передавать или использовать оружие, спиртные напитки, табачные изделия, токсические и наркотические вещества;
- использовать любые вещества, которые могут привести к пожарам или взрывам;
- применять физическую силу для выяснения отношений, запугивание, вымогательство;
- производить любые действия, влекущие за собой опасные последствия для окружающих;
- пользоваться мобильными телефонами во время урока.

Главная ваша обязанность хорошо учиться, уважать права других людей. Помните золотое правило «Никогда не делай другим того, чего не пожелал бы себе» - эти слова принадлежат древнему философу-мыслителю Китая Конфуцию.

Сейчас мы посмотрим, как права каждого человека неразрывно связаны с определенными обязанностями. Право – это и обязанность. Какая обязанность вытекает из данных прав. Я зачитываю право, а вы по очереди называете обязанность.

- Право на образование – каждый обязан учиться.
- Уважение личного достоинства и защита своих прав – уважать достоинства других людей и их права.
- На свободу выражения своих мыслей – уважать и прислушиваться к мнению других.
- На заботу и уважение со стороны родителей – заботиться и уважать своих и чужих родителей.
- На свои интересы и увлечения – уважать других за их увлечения.
- Гордиться своей культурой и религией - уважать культуру и религию других.
- Право на ошибку – учиться избегать ошибок.
- На чистую окружающую среду – не загрязнять окружающую среду.
- Жить без насилия – не применять насилия к другим.

- Чем отличаются права и обязанности?

Права нужно знать, а обязанности выполнять.

Распредели в два столбика права и обязанности школьника:

1. Получение бесплатного общего образования (Право).
2. Получение дополнительных образовательных услуг (Право).
3. Соблюдение Устава школы (Обязанность).
4. Бережное отношение к школьному имуществу (Обязанность).
5. Уважение человеческого достоинства (Право).
6. Добросовестно учиться (Обязанность).
7. Выполнение требований работников школы (Обязанность).
8. Уважение чести обучающихся сотрудников школы (Обязанность).
9. Выбор формы образования (Право).
10. Носить школьную форму (Обязанность).
11. Посещать мероприятия в школе (Право).
12. Не пропускать занятия без уважительных причин (Обязанность).
13. Соблюдать ПДД и ППБ, а также технику безопасности (Обязанность).
14. Вести себя корректно на переменах и уроках (Обязанность).

- Как вы видите, обязанностей у человека всегда больше чем прав. Невыполнение обязанностей человека влечет к ответственности за совершенные поступки.

- Что такое ответственность?

Ответственность – необходимость, обязанность отвечать за свои действия, поступки.

- Ребята, какие виды ответственности вы знаете?

Кроме прав и обязанностей, существует еще и ответственность за совершенные поступки, административная и уголовная.

Административная ответственность – наказание за действия, запрещенные административным кодексом. Наступает с 16 лет (до этого возраста отвечают родители).

Перечень нарушений:

- жестокое обращение с животными;
- повреждение транспортных средств;
- распитие спиртных напитков и появление в нетрезвом виде в общественных местах;
- нарушение правил дорожного движения;
- нарушение устава школы;
- мелкое хулиганство.

Уголовное правонарушение, т.е. преступление, запрещенные законом действия (или бездействия). Такие преступления наносят вред личности, государству, обществу (убийства, кражи и т. д.).

- С какого возраста наступает уголовная ответственность?

С 14 лет наступает уголовная ответственность за совершение следующих преступлений:

- убийство;
- умышленное причинение тяжкого вреда здоровью;
- похищение человека;
- изнасилование;
- кража, грабеж;
- вымогательство;
- терроризм;
- заведомо ложное сообщение;
- вандализм;

- приведение в негодность транспортных средств.

Виды наказаний назначаемым несовершеннолетним:

- штраф;
- лишение права заниматься определенной деятельностью;
- обязательные работы;
- исправительные работы;
- ограничения свободы;
- лишение свободы на определенный срок.

Дела на несовершеннолетних рассматриваются в суде и в комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав (КДНиЗП).

- Сейчас я вам раздам карточки с ситуациями, а вы определите вид ответственности:

- Появление в состоянии алкогольного опьянения на улице (Административная);
- Избиение одноклассника (Уголовная);
- Кража мобильного телефона (Уголовная);
- Переход дороги в неположенном месте (Административная);
- Нецензурная брань в общественном месте (Административная);
- Курение на территории школы (Административная);
- Ложный звонок о террористическом акте (Уголовная).

Итог занятия

- Ребята скажите, нужно ли знать свои права?

- Чем отличаются права и обязанности? Права нужно знать, а обязанности выполнять.

- Что было бы, если бы люди забывали о своих обязанностях и пользовались только правами?

- Какие виды ответственности вы знаете?

- И в заключение хочется сказать «Помните, пользуясь своими правами, надо уважать права других, людей!» Не забывайте выполнять свои обязанности. Всегда надо помнить о том, что за совершенные поступки надо отвечать.

Ритуал прощания «До свидания»

Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи, хорошего настроения и т.д.

Занятие 2

«Мир без конфликтов»

Цель: сформировать и развить навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.

Задачи:

1. Дать представление о конфликтах, возникающих в коллективе, его причинах, особенностях, участниках, последствиях.

2. Способствовать овладению знаниями и навыками, необходимыми для эффективного разрешения проблем межличностного взаимодействия.

3. Обучать простым способам избавления от негативных эмоций и отработать стратегии решения повседневных конфликтов.

Ход занятия

Приветствие

Упражнение «Здравствуй!»

Ведущий протягивает каждому участнику руки ладонями вверх и здоровается с ними по имени. Ребенок кладет свои ладони на ладони взрослого и в ответ приветствует ведущего.

Разминка

Упражнение «Салфетки»

Ведущий приглашает участников сесть в круг и со словами: «На случай, если потребуется, возьмите салфеток, сколько желаете», передает упаковку по кругу. Когда все разберут салфетки, ведущий обращается к группе: «Представьтесь, пожалуйста, и расскажите столько фактов о себе, сколько салфеток вы взяли».

Основная часть

- Сегодня мы с вами поговорим о конфликтах. Итак, что такое конфликты? (ответы детей)

Конфликт – спорная ситуация, возникающая между людьми, когда люди не могут договориться, не слышат и не воспринимают то, что говорит им партнер по общению.

- Ребята, а у вас, когда-нибудь, возникали конфликты? С кем они были? И как вы решали конфликтные ситуации? (ответы детей)

- В большинстве случаев, когда люди находятся в ситуации конфликта, они ссорятся, обижаются друг на друга, ругаются. Вы согласны со мной? (ответы детей).

- Ребята как вы думаете, можно ли прожить без конфликтов? Нужны ли они человеку? (ответы детей)

Конфликты — это часть нашей жизни. Они способствуют реформам, преобразованиям, развитию. Конфликт — это проявление активности, отстаивание своей позиции, точки зрения.

Виды конфликтов:

- Межличностный конфликт, давайте приведем пример, как вы понимаете межличностный конфликт? (ответы детей)

- Каждый из нас – индивидуальность. У нас разные интересы, мечты, стремления. Разногласия в интересах может вызвать конфликт.

Другой и очень распространенный – неуправляемый конфликт. Приведите пример неуправляемого конфликта? (ответы детей)

- На улице прохожий случайно толкнул вас, и вы возмутились: «Вот, нахал, даже не извинился!». Теперь уже тот вынужден нападать: «Смотреть надо!». В результате можно дойти и до драки.

Межгрупповой конфликт – конфликт между группами людей, коллективом (пример – болельщики, фанаты).

Политический конфликт – конфликт между государствами (пример – Грузия и Абхазия).

- Ребята как вы думаете, можно ли конфликт решить мирным путём? (ответы детей)

- Сейчас мы с вами рассмотрим, какие существуют выходы из конфликтных ситуаций.

К.У. Томас и Р.Х. Килмен разработали классификацию основных стратегий поведения в конфликтной ситуации. По их мнению, существуют пять основных стилей поведения при конфликте: приспособление, компромисс, сотрудничество, избегание, конкуренция.

Давайте попробуем разобраться, что собой представляет каждая стратегия поведения в конфликтной ситуации. Для этого разыграем несложную бытовую ситуацию «Праздничный пирог».

Упражнение «Праздничный пирог»

- Представьте себе, что к вам на день рождения пришли друзья пить чай с праздничным тортом, украшенным шоколадными фигурками, дольками засахаренных фруктов. Торт небольшой, его надо разрезать. Вы именинник и как поэтому себя поведете?

Давайте конкретно рассмотрим эту ситуацию по стратегиям поведения (ребятам необходимо выбрать вариант действия):

1. Откажетесь разрезать, попросите кого-нибудь из гостей или родных об этом, дабы никого не обидеть (избегание).

2. Учтете пожелания гостей, себе возьмете кусок, какой достанется (приспособление.)

3. Разрежете сами, на свое усмотрение, себе – лучший кусок торта (конкуренция).

4. Скажете, что торта вам не очень хочется, пусть он весь достанется гостям, а вот шоколадные фигурки вы бы съели (компромисс).

5. Постараетесь поделить поровну между всеми участниками праздника, включая и себя (сотрудничество).

- Не секрет, что конфликт всегда вызывает неприятные эмоции у конфликтующих. Как вы думаете, какие последствия могут быть у конфликта? (ответы детей).

- Вы правы, у конфликта может быть множество отрицательных последствий, итог конфликтов зачастую непредсказуем. Многих конфликтов можно избежать, если вы научитесь контролировать свои эмоции и прислушиваться к мнению других.

Памятка «Как научиться контролировать свои эмоции»

1. Рисуйте на бумаге. Если эмоции одолели вас, можно нарисовать то, что первым придет вам в голову, позволить грифелю порвать бумагу, с силой заштриховать рисунок и в конечном итоге разорвать сам листок, скомкать его и выкинуть.

2. Попробуйте сосчитать до десяти, прежде чем поддадитесь нахлынувшему эмоциональному всплеску. Вы поймете, насколько незначителен на самом деле повод к вашей бурной реакции, уже на подходе к цифре «10».

3. Необычный способ. Во время спора попробуйте посчитать во рту свои зубы при помощи языка.

4. В любой ситуации, прежде чем выйти из себя, остановитесь на мгновение и подумайте о самых хороших и незабываемых моментах вашей жизни, сделайте глубокий вдох и уже на улыбке плавно выдохните. Именно в это мгновение вы и определяете ваш выбор – пойти на поводу у разрушительных эмоций или взять себя в руки.

5. Есть еще один эффективный способ справиться с эмоциями, это физические упражнения. А от этого улучшается настроение. И это не обязательно должен быть определенный вид спорта, а просто регулярные прогулки и активный отдых.

Итог занятия

- Как вам кажется, какая из пяти стратегий поведения в конфликтной ситуации встречается в реальной жизни?

- Как вы считаете, что нужно делать, чтобы конфликты случались как можно реже?

- Что нового вы узнали для себя на сегодняшнем занятии? Будете ли вы использовать полученные сегодня знания в повседневной жизни?

Ритуал прощания «До свидания»

Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи, хорошего настроения и т.д.

Занятие 3

«Как противостоять жестокости и насилию»

Цель: повышение способности ребенка противостоять жестокому обращению со стороны окружающих.

Задачи:

1. Определить понятия: «жестокое обращение», «виды жестокого обращения».
2. Обучить умению противостоять жестокому обращению со стороны окружающих.

Ход занятия

Приветствие

Ведущий предлагает участникам по кругу назвать свое имя и ассоциацию, связанную с именем.

Разминка

Упражнение «Шеренга»

Ведущий предлагает участникам построиться по восходящей в зависимости от заданной характеристики:

- по росту;
- цвету волос (от светлых к темным);
- числу дня рождения и т.п.
-

Основная часть

Вводное слово: Детство самая счастливая и беззаботная пора в жизни человека. Ребята, совсем скоро вы вступите во взрослую жизнь, где хитро перемешаны добро и зло, честь и предательство, гуманность и жестокость, насилие и любовь. Но уже сейчас иногда обстоятельства ставят перед вами довольно серьезные проблемы. Одна из таких проблем существующая в обществе - жестокость и насилие. Наверное, каждый из вас сталкивался с этим в семье, школе, на улице. Давайте сегодня поговорим об этом. Сегодня мы постараемся наметить ориентиры, которые помогут вам разграничивать данные понятия и уметь находить выход из подобной ситуации.

Мини-лекция

Что такое жестокость? (Дети сами пробуют дать определение)

Жестокость — морально-психологическая черта личности, которая проявляется в бесчеловечном, грубом, оскорбительном отношении к другим живым существам, причинении им боли и в посягательстве на их жизнь.

Что такое насилие? Как вы считаете? (Дети сами пробуют дать определение).

Насилие - это преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленное против себя, против иного лица, группы лиц или общины, результатом которого являются (либо имеется высокая степень вероятности этого) телесные повреждения, смерть, психологическая травма, отклонения в развитии или различного рода ущерб.

Еще по-другому можно сказать, что если вам страшно, это насилие.

Что такое жестокое обращение с детьми? (Дети сами пробуют дать определение).

Жестокое обращение с детьми - действие (или бездействие) родителей, воспитателей и других лиц, наносящее ущерб физическому или психическому здоровью ребенка.

Различают 4 основные формы (виды) жестокого обращения с детьми и подростками и пренебрежения их интересами:

- физическое (нанесение повреждений, травм, увечий);
- сексуальное (развращение, принуждение к сексуальным отношениям, пошлые домогательства, вульгарные выражения, изнасилование);
- психическое насилие (оказание эмоционального давления, унижение, угроза, порча принадлежащих тебе вещей, отвержение, изоляция, игнорирование, грубые окрики, оскорбления, унижение чувства собственного достоинства, постоянная критика);
- пренебрежение основными нуждами ребенка (моральная жестокость).

Упражнение «Солнце доверия»

Но часто, когда над ребенком совершается насилие, он боится об этом сказать даже родителям. Что же делать в таком случае?

Ребята, вы должны воспользоваться помощью человека, которому доверяете. Давайте вместе определим, кто это может быть?

На доске нарисовано солнце. Ведущий записывает на лучиках ответы детей (полиция, родители, родственники, учитель, специальные центры, уполномоченный по правам ребенка, психолог и т.п.).

Запомните: Если случилось насилие, то

- Вы не одиноки.
- Вы не виноваты в том, что происходит насилие.
- Вам помогут и вас поддержат.

Упражнение «Правила безопасного поведения»

Ребята, где может произойти насилие? (дома, в школе и на улице)

Но как можно насилие избежать? Какие правила безопасного поведения вы можете предложить своим товарищам?

Давайте разобьемся на три группы (написать или нарисовать).

- 1 гр. – Правила безопасного поведения дома
- 2 гр. - Правила безопасного поведения на улице
- 3 гр. - Правила безопасного поведения в школе

Защита плакатов

Дополнения Ведущего: «Советы, которые могут помочь тебе»:

Шаг 1. Оцениваем ситуацию. Ребенок должен сказать себе, что перед ним – незнакомый человек. Неважно, кто это – девочка, мальчик, дедушка, молодая женщина – если незнакомец, то ведем себя со всеми ними практически одинаково.

Шаг 2. Держим дистанцию! Ребенок должен отмерить дома на полу расстояние 2 метра и запомнить его: вести беседу с незнакомцем только на безопасной дистанции. Если человек приближается – надо уходить или убегать в безопасном направлении.

Шаг 3. Умело пресекаем разговор на 5-й секунде. Говорим «Нет» или придумываем срочное дело, по которому вы торопитесь. Среди злоумышленников попадаются прекрасные психологи, которые могут «заболтать» и взрослого, не говоря уж о ребенке. Поэтому беседа может длиться 5-10 секунд, после чего необходимо принимать решение.

Шаг 4. Уходим в безопасное место. Это значит, нужно подойти к находящимся во дворе знакомым людям, либо уйти домой.

Шаг 5. Не угрожай!!! (Я расскажу родителям, я сообщу в милицию), если, например, отобрали телефон. Просто уйди и сообщи о произошедшем значимым взрослым.

Помни! Существуют приятные объятия и прикосновения, а есть прикосновения, которые тебе неприятны или смущают. Если кто-то прикасается к тебе подобным образом, ты должен рассказать об этом взрослому, которому ты доверяешь. Если кто-то просит тебя прикоснуться к нему таким образом, что тебя это смущает, то ты должен рассказать об этом взрослому, которому ты доверяешь.

Упражнение «Инсценировать ситуации»

1 группа. К тебе подходит мужчина и говорит, что в подвал котенок попал и просит помочь ему достать котенка.

2 группа. К тебе подходит старшеклассник и говорит: «У тебя есть часы (телефон, наушники, ручка, часы)? Дай посмотреть. (Берет, рассматривает.) Будет моя!!!» И убегает.

3 группа. К тебе подходит мужчина и говорит: «Помоги достать телефон. Он под сиденье автомобиля упал, а у меня спина болит».

Каждая группа инсценирует, предлагает ответные действия. Другие группы дополняют, высказывают свое решение выхода из данной ситуации.

Итог занятия

Ребята, в жизни нельзя избежать сложностей, но можно научиться решать эти сложности. Заканчивая сегодняшнее занятие, я хочу, чтобы вы на сердечках написали советы (пожелания) себе или другу, или всем людям, как нужно противостоять жестокости и насилию.

Ритуал прощания «До свидания»

Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи, хорошего настроения и т.д.

Занятие 4

«Стресс и способы его преодоления»

Цель: познакомить с понятием стресс, влиянием стресса на организм и психику человека, показать пути выработки адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях, дать представление о различных методах саморегуляции эмоциональных состояний.

Задачи:

1. Определить понятия: «стресс», «главные стрессоры», «дистресс», «стрессоустойчивость», «саморегуляция».
2. Определить главные стрессоры, самостоятельно оценить собственные реакции на стресс и возникающие проблемы.
3. Овладеть эффективными приемами саморегуляции.

Ход занятия

Приветствие

Упражнение «Поделись улыбкой»

Ведущий предлагает детям поприветствовать друг друга улыбкой.

Разминка

Упражнение «Добрый мяч»

Бросая по очереди, друг другу мяч, ребята говорят о безусловных достоинствах, сильных сторонах того, кому бросают мяч.

Основная часть

Мини-лекция

Вся наша жизнь – это периодические стрессовые напряжения и разрядки. Стрессовых ситуаций много и все они разнообразны. Впервые поднял вопрос о стрессе канадский физиолог Ганс Селье.

Стресс – это не то, что с нами случается, а то, как мы это воспринимаем. Стресс может быть безопасным и полезным. А в некоторых случаях стресс даже защищает нас.

Представьте себе, что вы переходите улицу и вдруг... Из-за поворота вылетает огромный грузовик, вы дернулись и замерли как вкопанный. И прекрасно! Самосвал пролетел мимо вас. А если бы у вас не возникло реакции стресса? Вы вполне могли бы оказаться под колесами.

Небольшой уровень стресса делает нас более собранными на экзамене, мобилизует силы спортсмена на выступлении. В такие моменты ощущаешь подъем, многое получается лучше, чем обычно. Такое состояние называют эустресс.

Другое дело, когда напряжение становится слишком большим. Оно затрудняет эффективное выполнение деятельности. Возникает чрезмерная суетливость или заторможенность. Такой чрезмерный, разрушительный, дезорганизирующий, демобилизирующий стресс называют дистресс. Именно он и опасен.

Человека в стрессе легко узнать. Он много делает и ничего не успевает. Ему нужно и важно и это успеть, и в этом разобраться, а еще туда попасть. Ощущение, что проблемы возникают везде и «не разорваться». А в глазах суета и паника. Такой человек опасен для окружающих – он замучает своей активностью и упреками. И тем самым «загонит» своих близких в состояние стресса.

Стрессоустойчивость — это свойство личности, включающее в себя эмоциональный, волевой и интеллектуальный компоненты, обеспечивающие оптимальное достижение цели без вреда для здоровья человека.

Каждый человек имеет свой «порог чувствительности к стрессу» - тот индивидуальный уровень напряженности, до которого эффективность деятельности повышается. Но если воздействие стрессогенного фактора усиливается и становится выше порога чувствительности, у человека повышается внутренняя напряженность, а эффективность его деятельности снижается вплоть до полного ее разрушения. Следовательно, жить и работать вообще без стресса невозможно, да и вредно: психофизиологическая и интеллектуальная системы человека дряхлеют без необходимости предпринимать определенные усилия. Может наступить безразличие, ощущение скуки или тоски, депрессия. И наоборот, кратковременный сильный стресс активизирует человека, как бы «встряхивая» его. Парадоксально, но факт: чем больше

вы будете стараться и жить, и работать всегда размеренно и спокойно, тем в большей степени вас будет разрушать стресс.

«Вопреки расхожему мнению, мы не должны – да и не в состоянии избегать стресса, - писал Г. Селье. - Но мы можем использовать его и наслаждаться им, если лучше узнаем механизм и выработаем соответствующую философию жизни».

Необходимо знать свой индивидуальный порог чувствительности к стрессу, те факторы и силу воздействия, которые губительны, выводят из нормального состояния настолько, что человек не может сосредоточиться и эффективно действовать.

Рассмотрим динамику протекания стрессового состояния.

Выделяют три основные стадии развития стрессового состояния у человека.

1. Нарастание напряженности (АВ)
2. Собственно стресс (ВС)
3. Снижение внутренней напряженности (СД)

АД – показывает уровень фоновой активности человека, находящегося в спокойном бодрствующем состоянии.

По своей продолжительности первая стадия строго индивидуальна. Один человек «заводится» в течение 2-3 минут, а у другого нарастание стресса может проходить в течение нескольких дней и даже недель. В любом случае, состояние и поведение человека, попавшего в стресс, меняется на «противоположный знак». На первой стадии:

- исчезает психологический контакт в общении;
- появляется отчуждение;
- люди перестают смотреть друг другу в глаза;
- резко меняется предмет разговора: с содержательных моментов он переходит на личные выпады (типа «ты сам такой»);
- у человека ослабевает самоконтроль: он постепенно теряет способность сознательно и разумно регулировать свое поведение.

Вторая стадия в развитии стрессового состояния начинается в точке В, в которой у человека происходит потеря эффективного сознательного самоконтроля. Деструктивный стресс разрушительно действует на психику человека. Он может не помнить, что говорил и делал, или осознавать свои действия довольно смутно и не полностью. Вторая стадия, как и первая по своей продолжительности строго индивидуальна – от нескольких минут и часов до нескольких дней и недель. Исчерпав свои энергетические ресурсы (достижение высшего напряжения отмечено в точке С), человек чувствует опустошение, утомление и усталость.

На третьей стадии человек останавливается и возвращается «к самому себе», часто переживая чувство вины.

У каждого человека есть свой индивидуальный сценарий поведения в стрессе «по частоте и форме проявления». Чаще всего этот сценарий усваивается в детстве. Повторяется также направленность стрессовой агрессии: на самого себя или на окружающих. Один винит во всем самого себя и ищет прежде всего свои ошибки. Другой обвиняет всех вокруг, но только не себя. Усвоенный в детстве стрессовый сценарий «запускается» почти автоматически. В этих случаях достаточно незначительного нарушения привычного ритма жизни и работы, как включается стрессовый механизм и начинает «раскручиваться» практически против воли человека, как «маховик» какого-то мощного и убийственного оружия. Можно ли научиться владеть собой?

Саморегуляция – это способность человека произвольно управлять своей деятельностью. Способность к саморегуляции — очень важное качество, помогающее

человеку сохранить внутреннее равновесие, не допуская в сознание сведения, несущие угрозу для его благополучия. Также важно научиться управлять своими чувствами, самостоятельно регулировать свое эмоциональное состояние.

Стратегия работы со стрессом

1. Внимательно проследите за ощущениями в вашем теле.
2. Сосредоточьтесь на вызвавшем стресс эпизоде.
3. Какое значение вы придаете этому переживанию? Получив ответ, еще раз спросите себя: «Что еще могло бы это значить?» А затем: «Какой смысл я хотел бы придать этому эпизоду?»

4. Способны ли вы повлиять на ситуацию? Что бы вы могли предпринять, чтобы изменить ее? Находится ли это в области вашего влияния? Если нет, оставьте все так, как есть. Если да, то какими ресурсами вы обладаете, чтобы изменить положение?

5. Что бы вы хотели, чтобы произошло в этой ситуации? Какова ваша цель? Какой урок вы можете извлечь из этого случая, чтобы в следующий раз избежать неприятностей?

Эмоциональное возбуждение: техники релаксации.

При оценке ситуации как мучительной возникают такие реакции, как страх, гнев, злость, чувство неуверенности, требующие регуляции и разрядки.

Техники релаксации являются средством, помогающим регулировать эмоциональное возбуждение, и способны предотвратить негативные последствия на физиологическом уровне (через изменение физиологических процессов в организме).

Каждая из них имеет свой механизм воздействия и физиологический эффект. Есть техники, рассчитанные на постоянные занятия (медитация, аутогенная тренировка, прогрессивная релаксация, БОС), есть дающие эффект релаксации при нахождении непосредственно в стрессовой ситуации (диафрагмальное дыхание, сканирование тела, мгновенное успокоение, осознание).

Итог занятия

Ритуал прощания «До свидания»

Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи, хорошего настроения и т.д.

Программа профилактической работы с родителями

Родительское собрание: «Права и обязанности ребенка»

Цель: познакомить родителей с правами и обязанностями ребенка.

Задачи:

1. Дать общее представление о том, что каждый ребенок обладает правами.
2. Обратить внимание родителей на то, что дети должны иметь обязанности и выполнять их.

Форма проведения: беседа-дискуссия.

Участники: классный руководитель, родители учащихся, школьный психолог.

Ход собрания

Приветствие

Вступительное слово классного руководителя

Любой человек на земле обладает своими правами и обязанностями. Свои права и обязанности имеют и наши дети. Жизнь ребенка (как думают некоторые родители) - продолжение и даже часть жизни родителей. Более того, жизнь детей - результат (по мнению родителей) жизни родителей. Дети - как аттестат, хорошо ли воспитывали или плохо; всем хочется иметь хороший аттестат. Родители хотят быть победителями, а ребенок для них медаль, желательна золотая.

В первую очередь мне хотелось бы с вами поговорить об обязанностях детей. «Иди делать уроки», «Помоги младшему брату», «Подмети полы, я тебе говорю!» - постоянно нам приходится напоминать детям об их обязанностях. Мы говорим, убеждаем, потом срываемся на крик и, в конце концов, приходим к выводу, что проще сделать самому, чем тратить столько сил на убеждения, уговоры, упреки. Как сделать так, чтобы ребенок точно знал, что ежедневно он обязан делать, и... делал это самостоятельно, без напоминаний, даже с удовольствием? Возможно ли такое? Возможно. Для этого нужно выстроить безупречно работающую систему, продумав цели, процесс и вознаграждение за результат. И, конечно же, набраться терпения, чтобы запустить этот механизм, сделав его работающим как часы.

Основная часть

Упражнение «Детские обязанности»

Ведущий делит родителей на 3 группы и предлагает обсудить и определить обязанности детей (с их точки зрения) в трех возрастных группах:

- 1 группа – дети младшего школьного возраста (7-10 лет – начальная школа);
- 2 группа – дети среднего школьного возраста (11-14 лет – средняя школа);
- 3 группа – дети старшего школьного возраста (15-18 лет – старшая школа).

Обсуждение результатов.

Ответьте, пожалуйста, на вопрос: «Что именно мы хотим получить от внедрения системы детских обязанностей в наш обиход?»

Мы хотим, чтобы:

- дети помогали родителям по дому;
- дети знали, где находятся их вещи;
- дети считали свои обязанности вкладом в семью;
- дети выполняли их самостоятельно;
- родители не тратили силы на уговоры;
- дети перестали себя чувствовать гостями в собственном доме, а родителей добрыми волшебниками, исполняющими любую их прихоть;
- родители вздохнули свободнее (особенно мамы), почувствовав, что часть пусть небольших, но рутинных дел теперь лежит на других членах семьи...
- что получаем мы, родители, предлагая детям взять на себя ряд обязанностей,
- что получают от нового образа жизни дети.

То есть вы не просто хотите, чтобы дети имели ряд обязанностей, которые будут облегчать вам уход за домом, но и формируете у них умения, которые станут привычкой в будущем:

- находить время на дела по дому;
- помнить о том, что ты живешь не в замкнутом пространстве, а с близкими людьми, которые не обязаны тебя обслуживать;

- заботиться о других;
- находить пользу и даже удовольствие от рутинных дел, которые все равно нужно выполнять;
- структурировать свои дела и т. д.

Главными обязанностями детей являются:

- проявлять уважение к старшим (к родителям или тем, кто их заменяет, педагогам);
- соблюдать нормы и правила поведения принятые в обществе;
- не нарушать законные права других детей и взрослых.

Итак, по большому счету главная задача родителей – сделать своих детей самостоятельными.

Мини-лекция «Детские права»

Теперь рассмотрим правовые отношения между родителями и детьми. В основе возникновения таких отношений лежит происхождение детей от родителей, удостоверенное в установленном порядке. Возникающие между родителями и детьми правоотношения бывают личными и имущественными. К личным правоотношениям относятся: право ребенка на имя, отчество и фамилию, соответственно, право и обязанность родителей дать ребенку имя, отчество и фамилию; право и обязанность родителей воспитывать своих несовершеннолетних детей и право детей на получение воспитания от родителей, право и обязанность родителей на осуществление представительства от имени детей и право детей на защиту своих прав и интересов. Родители равны в правах и обязанностях в отношении детей.

Но обязанности и права у детей не только в семье, но и в школе, на улице, в отношениях со сверстниками, их тоже важно знать.

В Конституции РФ провозглашены такие важнейшие права ребенка, как:

- право на жизнь и здоровое развитие;
- право на имя;
- право на гражданство;
- право знать своих родителей;
- право на заботу родителей и совместное с ними проживание;
- установлены права детей на выражение своих взглядов или убеждений, на свободу ассоциаций и мирных собраний, доступ ребенка к распространению информации.

Конвенция о правах ребенка охватывает широкий круг вопросов о законных правах и условиях существования детей, выступая, в частности, против нарушения прав ребенка в семье.

- Так, в ст. 19.1. записано, что государство – участники настоящей Конвенции «принимают все необходимые законодательные, административные, социальные и просветительные меры с целью защитить ребенка от всех форм физического и психологического насилия, оскорбления или злоупотребление, отсутствия заботы или небрежного обращения, грубого обращения или эксплуатации со стороны родителей, законных опекунов или любого другого лица, заботящегося о ребенке».

- Старайтесь, чтобы ребенок не был подвергнут «унижающим достоинство видам обращения или наказания», как это требуется в ст. 37 международной Конвенции.

Помните:

- Унижение достоинства ребенка может привести к серьезному психологическому ущербу с такими последствиями, как неуверенность в себе, формирование комплекса неполноценности, неудачи во взрослой жизни, занижение самооценки. Ребенок может вырасти озлобленным, в нем проявятся замкнутость, трусость или садизм.

- Избегайте жесткости в обращении с малышом, так как это приводит к нарушению взаимоотношений ребенка со взрослым, к неуважению унижающего его взрослого, потере детского доверия.

- Использование жестоких мер воспитания не дает положительных результатов, не всегда способствует исправлению нежелательного поведения ребенка, а только унижает его.

- Не нарушайте права ребенка на собственное мнение, детские переживания; не относитесь к его проблемам свысока; не вымещайте на сыне (дочери) свои обиды, плохое настроение.

- Не воспитывайте ребенка только строгостью; не разговаривайте с ним в повышенном раздражительном тоне; не кричите на него – он может стать обидчивым, капризным, плаксивым.

- Повышенное возбуждение родителей усиливает возникший конфликт с ребенком.

В каждом учебном заведении работают педагоги и психологи, которые готовы дать квалифицированную консультацию и совет для каждого конкретного случая нежелательного поведения ребёнка.

Надо также помнить, что дети следуют принятой в семье модели поведения. Таким образом, родительская жестокость в отношении ребёнка может впоследствии вернуться от него к самим родителям, перейти в его отношения с другими людьми, со сверстниками. И вряд ли такой ребёнок сможет стать популярным и уважаемым в детском коллективе, в школе. А впоследствии ему просто будет трудно строить отношения с людьми.

Создавайте в семье атмосферу любви, понимания и поддержки, которая поможет детям достичь настоящей зрелости. В семьях, где царят душевная теплота, чуткость, уважение к мнению другого, забота о близких людях, права ребенка не нарушаются, он чувствует себя уверенным и счастливым членом семьи.

Поэтому, давайте воспитывать детей корректными методами, соблюдая их права, уважая их личность. Если возникают проблемы с регулированием поведения вашего ребёнка, не стесняйтесь обращаться за помощью к педагогу, психологу. Вместе мы сможем преодолеть любые трудности и вырастить из наших детей достойных граждан своей страны, нашу гордость и опору.

Подведение итогов

В конце хочется сказать, что, заявляя свои личные права, наши дети должны помнить, что права есть у всех остальных людей. Давайте учить наших детей уважать личные права других так же, как они хотели бы, чтобы уважали их права.

Прощание

Уважаемые родители, мы надеемся, что сегодняшняя встреча была познавательной и полезной. И у вас появилась очередная тема для обсуждения с детьми.

Лекторий для родителей в рамках Родительского университета «Влияние особенностей детско-родительских отношений на формирование и развитие личности ребенка»

Содержание

1. Актуальность.

2. Особенности формирования детско-родительских отношений.
3. Диагностика онлайн (psytests.org; опросник родительского отношения, ОРО – авторы: А.Я. Варга, В.В. Столин), обсуждение полученных результатов диагностики).
4. Рекомендации родителям (законным представителям):
 - Как улучшить детско-родительские отношения;
 - Лучшие книги для родителей о воспитании детей.
5. Общие вопросы (открытый микрофон).

Семья - маленький социум, и самое близкое и важное в жизни каждого человека. И, как и где бы человек ни родился, семья – источник прошлого, настоящего и будущего. Ведь именно в семье зарождаются чувства безопасности, уверенности, взаимопонимания и любви, которые в дальнейшем сопровождают человека на протяжении всей его жизни. Важный момент в воспитании, когда ребенок растет и воспитывается в любви и заботе близких людей. Однако не все родители стремятся оказать должного воспитания своим детям.

Рассматривая семью как важнейшее условие обеспечения психологического благополучия ребёнка, можно полагать следующее:

Существуют «нормальные» и «нарушенные» детско-родительские отношения, которые непосредственно обуславливают трудности в развитии ребёнка.

Таким образом, одно из ведущих мест в жизни человека отводится семье. Детско-родительские отношения являются основой жизненно важных отношений между людьми. Для маленького ребёнка семья – это целый мир, в котором он живёт, действует, делает открытия, любить, ненавидеть, радоваться, сочувствовать. Будучи её членом, ребёнок вступает в определённые отношения с родителями, которые могут оказывать на него как положительное, так и негативное влияние. Вследствие этого ребёнок растёт либо доброжелательным, открытым, либо тревожным, грубым, лицемерным, лживым. По мнению А.Я. Варга, В.В. Столина и других, родительские отношения – это система разнообразных чувств к ребёнку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребёнка, его поступков. Для развития позитивных детско-родительских отношений взрослые должны обладать определённым уровнем знаний по проблеме воспитания и взаимоотношения с ребёнком. Поэтому актуальность проблемы детско-родительских отношений остаётся неизменно острой на протяжении всего развития психологической науки и практики. Взаимоотношения между родителями и детьми всегда тесно связаны с взаимоотношениями между самими родителями, образом жизни семьи, здоровьем, благополучием всех её членов. Гармоничному развитию ребёнка способствует доброжелательная атмосфера, и такая система семейных взаимоотношений, которая позволяет ему чувствовать себя защищённым и одновременно стимулирует и направляет его развитие.

Указывая на специфичность воздействия на ребёнка внутрисемейных отношений, особенно Л. Б. Шнейдер выделяет такой компонент детско-родительских отношений как родительская любовь: «Человек должен ... всё своё детство провести в атмосфере любви и взаимного уважения людей».

Детство – период высокой сензитивности ребёнка к воспитательным воздействиям и влиянию среды. В этом возрасте формируется основа, на которой строится все последующее воспитание и обучение.

Семья для ребенка – особый мир, в котором он постепенно приобщается к социальной жизни, опосредует нормы человеческих взаимоотношений, усваивает нравственные ценности.

Влияние семьи реализуется следующим образом:

Семья обеспечивает базовое чувство безопасности, гарантирует безопасность ребёнка при взаимодействии с внешним миром, в ходе освоения способов его исследования и реагирования на его стимулы.

Дети перенимают у родителей определённые способы поведения, усваивают конкретные готовые модели поведения.

Родители служат источником необходимого жизненного опыта.

Родители оказывают влияние на поведение ребёнка, поощряя или осуждая то или иное поведение, а также применяя наказания и поощрения, определяя допустимую степень свободы в поведении ребёнка.

Взаимодействие с родителями позволяет ребёнку выработать собственные взгляды, нормы, установки и идеи. Развитие ребёнка зависит от условий общения предоставленных ему в семье; чёткости и ясности общения в семье.

Семья создает определённый морально-психологический климат и служит для ребёнка школой отношений с людьми. Именно в семье формируются представления о добре и зле, о порядочности, об уважении, об отношении к материальным и духовным ценностям. Ребёнок во взаимодействии с близкими людьми переживает первый опыт любви, дружбы, чувства долга, ответственности, справедливости.

Взаимоотношения в семье носят разноплановый характер. *На детско-родительские отношения оказывают влияние тип семьи, позиция, занимаемая взрослыми, стили отношений и роль, отводимая ребёнку в семье. Под влиянием типа родительских отношений формируется детская личность.*

П. Ф. Лесгафт определил *шесть позиций родителей* относительно детей, оказывающих влияние на поведение ребёнка:

1. *Родители не обращают внимания на детей, унижают, игнорируют их.* В таких семьях дети отличаются лицемерием, лживостью, невысоким интеллектом или задержкой умственного развития.

2. *Родители всегда восхищаются своими детьми, считают их совершенством.* Дети характеризуются эгоистичностью, поверхностными интересами, самоуверенностью.

3. *Гармоничные отношения, построенные на любви и уважении.* Дети добросердечные, интеллектуально развитые, стремятся к знаниям.

4. *Родители почти всегда недовольны ребёнком, его часто критикуют и порицают.* Ребёнок отличается раздражительностью, эмоциональной неустойчивостью.

5. *Родители излишне балуют и оберегают ребёнка.* Он растёт ленивым, социально незрелым.

6. *Родители с выраженными финансовыми трудностями формируют детей с пессимистическим отношением к окружающему миру.*

Диагностика онлайн (psyttests.org; опросник родительского отношения, ОРО – авторы: А.Я. Варга, В.В. Столин), обсуждение полученных результатов диагностики).

А. Я. Варга и В. В. Столин выделили следующие *типы родительских отношений*:

1. *Принятие / отвержение.*

Принятие: ребёнок нравится родителям такой, каким он есть. Родители уважают индивидуальность ребёнка, симпатизируют ему.

Отвержение: родители считают своего ребёнка плохим, неприспособленным, неудачником, по большей части испытывая к ребёнку злость, досаду, раздражение, обиду. Такие родители не доверяют ребёнку, не уважают его.

2. *Кооперация* – родители заинтересованы в делах и планах ребёнка, стараются

всегда помогать ему. Высоко оценивают его интеллектуальные и творческие способности, испытывают чувство гордости за ребенка.

3. *Симбиоз* – родители постоянно ощущают тревогу за ребёнка, он воспринимается ими как маленький и беззащитный. Родители не предоставляют ребёнку самостоятельности.

4. *Авторитарная гиперсоциализация* – родители настаивают на безоговорочном послушании и дисциплине. Они стремятся во всём навязать ребенку свою волю, пристально следят за социальным поведением ребёнка и требуют социального успеха.

5. *Маленький неудачник* – родители стремятся инфантилизировать ребёнка, приписать ему личную и социальную несостоятельность. Ребёнок считается неприспособленным, неуспешным, открытым для негативных воздействий. Родители стараются оградить ребёнка от трудностей жизни и строго контролируют его действия.

Анализ научных источников показывает, что, *несмотря на разнообразие понятий, характеризующих родительские отношения, всегда можно отметить, что родительское отношение по своей природе противоречно.*

Е. О. Смирнова и М. В. Быкова *говорят о двух противоположных моментах в родительских отношениях: безусловном (состоит из принятия, любви, сопереживания и т. д.) и условном (включает объективную оценку, контроль, направленность на воспитание конкретных качеств).*

Ребёнок нуждается в обоих родителях – любящих отца и матери. Отношения между супругами имеют существенное влияние на развитие личности ребёнка. *Конфликтная, напряжённая обстановка формируют ребёнка нервным, плаксивым, непослушным, агрессивным.* Конфликты между родителями травмируют ребенка.

Особенно негативно на развитие детей влияет пребывание в ситуации постоянных конфликтов, ссор, страха, безнадзорности. Дети из таких семей с раннего возраста страдают выраженными нарушениями нервно-психического характера (в виде задержки речевого / умственного / моторного развития). Такие дети обычно робки или, наоборот, перевозбуждены, недостаточно самостоятельны в работе, с трудом понимают требования, предъявляемые к ним. Отличаются, как правило, сниженной работоспособностью, повышенной утомляемостью, рассеянностью и неспособностью сосредоточиться на заданной деятельности. Семья как социально-психологический феномен характеризуется определённой направленностью, индивидуальной системой ценностных ориентаций, общим стилем воспитания, сложившейся системой отношений между родителями и детьми. Каждая из этих характеристик семьи имеет свои особенности и оказывает специфическое воздействие на развитие ребёнка. Например, многочисленными исследованиями установлена зависимость между преобладающим стилем воспитания в семье и особенностями психического развития ребёнка, выявлены связи между приоритетом тех или иных семейных предпочтений и ценностных ориентаций и качествами личности ребёнка.

Семья, являясь ближайшим социальным окружением ребенка, удовлетворяет его потребность в принятии, признании, защите, эмоциональной поддержке, уважении.

Именно в семье ребенок получает первый опыт социального и эмоционального взаимодействия. Эмоциональный климат семьи, где воспитывается ребенок, существенно влияет на формирование его мировосприятия. В общении ребенка со взрослым формируется зона ближайшего развития, где сотрудничество со взрослыми позволяет ребенку реализовывать свой потенциал. Специфика самой потребности в общении заключается в стремлении познать и оценить других людей, а через них – познать и оценить себя.

Итогом взаимодействия с родителями являются сформированный образ себя и другого, а также отношения, возникающие между людьми в процессе коммуникации.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ:

Как улучшить детско-родительские отношения?

- *Интересуйтесь жизнью и увлечениями ребенка.* Старайтесь задавать ребенку не только вопросы, которые бы касались его учебы, но и вопросы о повседневной и личной жизни. Если подросток не хочет вам сообщать некую информацию, то значит нужно оставить его с этим вопросом в покое и не пытаться вытянуть силой. Когда придет время – он сам поделится с вами.

- *Похвалы много не бывает.* Похвала помогает повышению самооценки и настраивает на позитив.

- *Поддерживайте.* Несмотря на то, что подросток кажется взрослым, он по-прежнему нуждается в вашей поддержке. Поддерживайте подростка во всех начинаниях, и тогда он начнет еще больше стараться, чтобы вы это увидели и похвалили его.

- *Разговаривайте по душам* и находите время для общения.

- *Делитесь опытом.* Хоть вы и росли в совершенно иное время, но ваш опыт может быть полезен и эти знания могут пригодиться ребенку. Делитесь опытом ненавязчиво, и тогда подросток быстрее станет чувствовать свою самостоятельность.

- *Будьте терпеливы.* Чтобы наладить отношения с ребенком, необходимо набраться терпения и настойчивости. Если первый опыт оказался неудачным, то не стоит опускать руки. Семейные отношения невозможно нормализовать за пару дней – необходимо немало приложить усилий, чтобы получить положительный результат.

- *Используйте «Я-высказывания»* - когда хотите сказать, о том, что недовольны

- *Устанавливайте свои границы и правила.*

- *Будьте примером для подражания.*

- *Будьте искренни и честны с подростком.*

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Лучшие книги для родителей о воспитании детей:

1. Юлия Гиппенрейтер «Общаться с ребёнком. Как?»
2. Людмила Петрановская «Тайная опора: привязанность в жизни ребёнка»
3. Людмила Петрановская «Если с ребенком трудно»
4. Роберта Кавалло, Антонио Панарезе «Не программируйте ребенка. Как наши слова влияют на судьбу детей»
5. Ричард Темплар «Правила родителей»
6. Жан Ледлофф «Как вырастить ребенка счастливым»
7. Адам Грант «Брать или отдавать»

Тренинг повышения родительской компетентности

«Эффективное родительство»

Цели тренинга: Формирование воспитательной компетентности родителей, обучение и приобретение навыков, улучшающих детско-родительские отношения.

Задачи:

1. Рефлексия своих взаимоотношений с ребенком;
2. Повышение самооценки, формирование целостного представления о своем родительском «Я»;
3. Поиск внутренних ресурсов для преодоления трудностей, возникающих в процессе воспитания.

Время проведения: 1-2 ч.

Ход тренинга

Вводная часть

Добрый день, уважаемые родители, мы рады приветствовать вас на тренинге повышения родительской компетентности. Нас зовут _____.

Сегодня мы коснемся темы ваших взаимоотношений с ребенком, попытаемся сформировать целостный образ вашего родительского «Я» и попробуем преодолеть некоторые трудности, возникающие в процессе воспитания.

Обсуждение основных правил поведения родителей в группе:

1. Доверительный стиль общения.

Мы принимаем внутри нашей группы единую форму обращения друг к другу «ты». Такая форма обращения способствует более близким и доверительным взаимоотношениям, настраивает на дружескую встречу.

2. Правило «здесь и сейчас».

Во время занятия все говорят только о том, что волнует их именно сейчас, обсуждают то, что происходит с ними в группе. Персонализация высказываний.

3. Соблюдение регламента.

Соблюдаем временные рамки.

4. Активность.

При выполнении упражнений занимаем активную позицию.

5. Конфиденциальность происходящего в группе.

Ничего не разглашается. Мы уверены в том, что никто не расскажет о переживаниях человека, о том, чем он поделился.

6. Правило выключенного телефона.

Во время занятия сотовый телефон ставится на тихий режим.

7. Недопустимость непосредственных оценок человека.

При обсуждении происходящего мы оцениваем не участника, а только его действия и поведение. Не переходим на личности.

Знакомство

Цель: знакомство участников друг с другом, создание атмосферы доверия в группе.

Упражнение «Наши ожидания»

Материалы: круг, вырезанный из ватмана, поделенный на три сектора, кружочки из цветной бумаги, ручки.

Каждому участнику предлагается *написать свои ожидания от мероприятия на заготовленных заранее кружочках (каждое ожидание пишется на отдельном кружке)*. Участники по очереди озвучивают свои ожидания и соотносят каждое из них с одним из секторов: «Научиться», «Узнать», «Почувствовать».

Введение в тему «Мир детский и мир взрослый»

Цель: приобретение навыков анализа причин поведения подростка, исходя из позиции ребенка.

Информационная часть. Как вы думаете, каковы причины разной организации восприятия окружающего мира подростка и взрослого? Вот какие особенности подросткового мира (в сравнении с миром взрослых) могут быть названы:

- отсутствие сложившихся взглядов;
- быстрота перевоплощения;
- эмоциональность;
- высокая изменчивость;
- необремененность бытовыми заботами;
- открытость;
- импульсивность;
- вовлеченность;
- большая слитность с внешним миром;
- жизнь настоящими (происходящими сейчас) событиями.

Мы часто исходим из положения, что дети должны нас и окружающий мир понимать так же, как взрослые, но это величайшее заблуждение. Дети делают свои выводы, учитывая при этом не только то, что мы им говорим, но и то, что мы при этом делаем, как ведем себя с другими людьми. Наш личный пример является подчас более воспитывающим, чем любые нравоучения.

Часто родителю кажется, что ребенок плохо себя ведет из-за злой воли, стремясь «насолить» родителю, однако так бывает далеко не всегда. Здесь же можно рассказать о четырех целях негативного поведения ребенка. В основе любого нежелательного поведения ребенка могут лежать следующие цели:

- привлечение внимания;
- борьба за власть;
- месть;
- демонстрация несостоятельности, или избегание неудачи;
- потребность в принадлежности к группе (Необходима группа – зона успеха);
- потребность в самостоятельности (список, что вы запрещаете – выбор, что позволите) сепарация от семьи.

Если отношения между родителями и ребенком нарушены, то для идентификации ребенок выберет людей, которые противоположны родителям, или любого другого человека, который ребенка признал.

Основная часть

Упражнение «Какой я родитель?»

Цель: исследование собственных представлений о своем родительском «Я».

Каждый участник выбирает себе фотографию, с которой он ассоциирует себя как родитель (используется колода метафорических карт «Мама, папа и я»).

Звучит фонограмма спокойной музыки.

После, участники по очереди рассказывают о том, почему они выбрали то или иное фотографию, делятся своими чувствами.

Вывод: Как видите, все мы очень разные, со своими чувствами, эмоциями, так и наши дети в чем-то похожи на нас, но каждый по-своему индивидуален. Не каждому человеку нравится, когда нарушают его личное пространство. Иногда мы даже не задумываемся о его существовании и пользуясь родительской властью часто нарушаем личное пространство ребенка. Поэтому могут возникать разногласия, непонимание. Сейчас мы попробуем определить границы вашего личного пространства, чтобы вы почувствовали, что оно существует.

Упражнение «Установление личной дистанции»

Цель: исследование личностных границ. Участникам предлагается определить каждому свою личную дистанцию.

Групповой вариант выполняется следующим образом. Один человек стоит в центре круга. Участники держатся за руки. Они по команде центрального участника подходят ближе или отходят дальше от него, изменяя величину круга.

Когда центральный участник чувствует, что ему становится не комфортно, он говорит «стоп» — и вся группа замирает.

Обсуждение

- Участники обмениваются впечатлениями, отвечая на вопросы:*
- Что вы думаете о своем личном пространстве?*
- Как вы чувствовали себя, когда нарушали вашу дистанцию?*
- Как вы понимали, где граница вашей личной дистанции?*
- Как вы думаете, почему для одного человека личная граница шире, а для другого уже?*

Упражнение «Когда границы нарушаются»

Цель: исследование границ во взаимоотношениях с ребенком, рефлексия собственных способов нарушения границ своих детей.

Материалы: 3 веревки (длиной 4 метра). Количество участников – 3.

Каждому участнику предлагается на полу отметить с помощью веревки свои границы. Участники сами выбирают, какого размера и формы они будут. Затем психолог, как бы, не нарочно, начинает нарушать границы участников разными способами:

1. «Мне кажется, у окна вам будет комфортнее, перейдите к нему ближе».

Психолог молча переходит границы участника, поправляет веревку, выравнивает ее, кладет так, как кажется лучше ему.

2. «Посмотрите, как неровно у вас лежит веревка, какой вы невнимательный, могли бы постараться сделать аккуратнее».

3. «Ничего себе, как много пространства занимает ваша граница. Порядочный человек должен быть скромным».

4. «Давайте будем с вами вдвоем на этой территории. Нам так будет лучше. Я вижу, что без меня вам трудно».

После этого идет *обсуждение чувств участников*. Психолог рассказывает, как в жизни родители нарушают границы своих детей. Затем просит поделиться своими мыслями: что важного участники вынесли из этого упражнения, какие выводы сделали.

Упражнение «Заблуждающиеся родители»

Цель: дать возможность родителям поделиться друг с другом опытом и мыслями о том, как каждому удастся воспитывать своего ребенка, сотрудничая с ним.

Содержание занятия. В начале встречи подчеркнуть, что общение-диалог, безусловно, реализуется с помощью ряда коммуникативных техник, таких как активное (эмпатическое) слушание, использование «Я-сообщений», разрешение конфликтных ситуаций и др. Рассмотрим это на примере разных игровых ситуаций и заданий.

Задание. Предлагается соотнести фразы с какой-либо из следующих родительских позиций: «опекающего», «отстраняющего», «виноватого» или «обвиняющего» родителя.

Примерные фразы:

- «Что ты опять натворил, шkodник, признавайся! Ничего хорошего от тебя не жду!»
- «Не спорь со мной, я знаю, что тебе надлежит сейчас делать. Сиди и занимайся тем, чем я сказала. Не вздумай отказываться, я буду наблюдать за тобой из кухни».
- «Ну, сделай милость, садись за стол - я давно уже налила тебе суп... Я знаю, что ты это не любишь - Но что же делать? У меня нет другого супа! Ну, давай я выловлю из него то, что ты не любишь... Хочешь?»
- «Вечно ты не вовремя со своими просьбами почитать, порисовать. Кстати, вчера ты расстроил меня своим поведением ... Вспомнил? Так что найди себе дело сам и не вертись у меня под ногами!»

В ходе выполнения упражнения важно обращать внимание родителей на особенности поведения «заблуждающегося» взрослого. Например, «обвиняющий» взрослый ущемляет самолюбие ребенка, унижает его, это может вызвать недоверие к родителю, у ребенка накапливается обида, злоба на взрослого. А «опекающий» родитель сам не доверяет ребенку, его самостоятельности, лишает его чувства независимости, права на инициативу, не дает возможности сделать свой выбор в том, чем заниматься, как заниматься. Ребенок начинает привыкать, что им управляют, не учится «жить по своей программе».

«Проблемы детей и проблемы родителей. Активное слушание как способ решения проблем детей»

Цель: прояснить различия проблем родителей и проблем детей; познакомиться с целями и приемами активного слушания, развить навыки активного слушания.

Информационная часть. Ведущий перечисляет те проблемы, которые поднимались родителями в ходе прошедших упражнений. Он обсуждает вопрос с группой, какого рода это был: проблемы - детей или родителей. Отмечается *центрированность родителей на своих проблемах, а не на проблемах ребенка*. Часто это мешает слушанию своего ребенка. Опыт показывает, что при составлении списка детских проблем родители испытывают значительные затруднения, например: мама говорит, что ребенок плохо учится, а сама тут же сомневается, действительно ли это является проблемой для ребенка (скорее, его волнует то, что родители

высказывают недовольство по этому поводу, а не собственная успеваемость в школе). Казалось бы, очевидные для подросткового возраста проблемы «плохое отношение одноклассников», «почему я такой некрасивый?», «неразделенная любовь», «конфликт с учителем» и т. п.— чаще всего остаются за гранью родительского внимания. Родители склонны приписывать свои собственные проблемы детям. Чем еще объяснить высказывание типа «У него есть проблема, он поздно ложится спать»?

Для оказания помощи в решении проблем ребенка могут помочь приемы активного слушания, а для разрешения собственных затруднений - «Я-сообщения», констатирующие высказывания. Наконец, для решения совместных проблем важно владеть методами, используемыми в конфликтных ситуациях.

Далее ведущий рассказывает о важности активного слушания как способа решения проблем ребенка, о его приемах и о последствиях.

Активное слушание создает отношения теплоты; родители могут «влезть в шкуру» ребенка; облегчается решение проблем ребенка; у детей появляется желание прислушаться к мнению родителей. Активное слушание помогает воспитывать самоконтроль и ответственность. Приемы: пересказ (полный и краткий), отражение чувств, уточнение, резюмирование (подведение итогов), проговаривание подтекста.

Пересказ – изложение своими словами того, что сказал собеседник, он может быть более полным в начале, а в дальнейшем - более кратким, с выделением наиболее важного. Ключевые слова: «Ты говоришь...», «Как я понимаю...», «Другими словами, ты считаешь...». Родитель, который может повторить слова ребенка, помогает ему разобраться в собственных чувствах и мыслях, конечно, при этом совсем не стоит становиться (по меткому выражению Томаса Гордона) «родителем-попугаем». Повторение должно носить эмпатический характер, то есть использоваться тогда, когда это необходимо, и отвечать потребностям ребенка. Пересказ - это своеобразная обратная связь ребенку: «Я тебя слышу, слушаю и понимаю». Часто именно из-за отсутствия такой реакции со стороны своих родителей дети по нескольку раз повторяют отдельную фразу или слово, как бы не надеясь, что взрослые могут услышать их с первого раза.

Сложность формирования навыка пересказа заключается в том, что при этом необходимо сосредоточиться на чужих мыслях, отключившись от своих, а слова других обычно вызывают в нас собственные воспоминания, ассоциации. Умение распределять внимание, одновременно удерживая внутренний строй своих мыслей и ход рассуждений другого человека, - это признак сформированности навыков активного слушания.

Уточнение (выяснение) относится к непосредственному содержанию того, что говорит другой человек. Уточнение может быть направленным на конкретизацию и выяснение чего-либо («Ты сказал, что это происходит давно. Как давно это происходит?», «Ты именно в четверг не хочешь идти в школу?»). Уточнение также может относиться ко всему высказыванию другого человека («Объясни, пожалуйста, что это значит?», «Не повторишь ли еще раз?», «Может быть, расскажешь про это поподробнее?»). Уточнение следует отличать от выпрашивания («А зачем ты это сказал?», «Почему ты его обидел?»). На этапе слушания, выпрашивание может разрушить желание говорящего сообщать что-либо. Часто это приводит и к нарушению контакта между людьми, который лучше сохранять во время беседы.

Отражение чувств - проговаривание чувств, которые испытывает другой человек («Мне кажется, ты обижен», «Вероятно, ты чувствуешь себя расстроенным»). Последствия: дети меньше боятся негативных чувств; видят, что родители понимают их. Лучше называть чувства в утвердительной форме, так как

вопрос меньше выражает сочувствие. Этот прием способствует установлению контакта и повышает желание другого человека рассказывать о себе, но в том случае, если тот не пытается скрывать свои чувства.

Родитель не должен заниматься выпытыванием тех переживаний, которые ребенок хочет оставить при себе. Известный английский психоаналитик Дональд Вудс Винникотт, специалист в области консультирования родителей, писал: «Существует много других конфликтов, от которых страдают и которые пытаются решать наши дети, и мы знаем, что многие из них заболевают из-за того, что не могут найти приемлемого решения. Но не дело родителя становиться психотерапевтом».

Проговаривание подтекста - проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие мыслей собеседника. Родители часто хорошо понимают, что стоит за словами ребенка, какой «закадровый перевод» можно осуществить. Например, у фразы «Мама, а ты не заметила, какую уборку я сегодня сделал?» подтекст может быть таким: «Ты бы меня похвалила» или еще глубже: «Я хотел бы, чтобы ты разрешила мне пойти на дискотеку».

Проговаривание подтекста надо осуществлять для лучшего взаимопонимания и дальнейшего продвижения в беседе, а не для того, чтобы показать, насколько хорошо слушающий родитель знает ребенка. А если знание используется для манипуляции близким человеком, в конечном итоге это разрушает благоприятные взаимоотношения. И уж, конечно, проговаривание не должно превращаться в оценивание, что иногда очень хочется сделать родителю в разговоре с ребенком (например, «Ты мог бы быть и поскромнее»). Оценивание у любого человека блокирует желание рассказывать о проблеме.

Резюмирование используется в продолжительных беседах или переговорах («Итак, мы договорились с тобой, что...», «Твоими основными идеями являются...»). Подведение итогов требует от слушающего внимания и умения кратко излагать свои и чужие мысли.

Рассказ о правилах хорошего слушания и их обсуждение.

Правила хорошего слушания:

- *слушай внимательно, обращай внимание не только на слова, но и на невербальные проявления собеседника (мимика, позы, жестикация);*
- *проверяй, правильно ли ты понял слова собеседника, используя, если это необходимо, приемы активного слушания;*
- *не давай советов;*
- *не давай оценок.*

Для эффективного общения родителей с ребенком необходимо сознательное использование тактических приемов, например, такого как «Я – сообщение», предложенного Томасом Гордоном.

«Я – сообщение»

«Я – сообщения» могут оказаться чрезвычайно эффективными в ситуациях конфликта, когда необходимо прийти к конструктивному его разрешению. Поскольку конфликт часто сопровождается взаимными обвинениями, использование хотя бы одной из позиций «Я – сообщения» позволяет снизить напряжение и будет способствовать рождению взаимопонимания. «Я – сообщение» представляет собой один из приемлемых способов выражения своих чувств и принятия ответственности на себя за происходящее.

Алгоритм построения «Я – сообщения»:

1. Начинать фразу надо описанием того факта, который не устраивает вас в поведении другого человека. Никаких эмоций или оценки человека как личности. Например, так: «Когда ты не слушаешься...».

2. Далее следует описать свои ощущения в связи с таким поведением. Например: «я расстраиваюсь», «я волнуюсь», «я огорчаюсь», «я переживаю».

3. Затем необходимо объяснить, какое воздействие это поведение оказывает на вас или на окружающих. В примере с не послушанием продолжение может быть таким: «потому что мне приходится нервничать», «мне приходится лишать тебя каких либо развлечений и поощрений», «мне приходится постоянно делать замечания» и т.д.

4. В завершающей части фразы надо сообщить о вашем желании, то есть о том, какое поведение вы бы хотели видеть вместо того, которое вызвало у вас недовольство. Продолжим пример с не послушанием: «Мне бы очень хотелось, чтобы ты слышал и слушал меня».

Упражнение «Выбор ответа, который больше всего соответствует «Я-сообщению»

Родители делятся на группы по 3 человека.

Ситуация 1. Вы в который раз зовете дочь садиться за стол. Она отвечает: «Сейчас», - и продолжает заниматься своими делами.

Вы начали сердиться. Ваши слова:

1. Да сколько же раз тебе надо говорить!
2. Я начинаю сердиться, когда нужно повторять одно и то же.
3. Меня сердит, когда ты не слушаешься.

Ситуация 2. У вас важный разговор с коллегой по работе. Ребенок то и дело его прерывает. Ваши слова:

1. Мне трудно беседовать, когда меня прерывают.
2. Не мешай разговаривать.
3. Ты не можешь заняться чем-нибудь, пока я разговариваю?

Ситуация 3. Вы приходите домой усталая (усталый). Дети дома, на столе - следы чаепития, из комнаты старшего сына доносятся музыка и смех, а младший разбросал свои вещи по комнате. Вы испытываете смешанное чувство раздражения и обиды: «Хоть бы обо мне подумали!» Ваши слова:

1. Тебе не приходит в голову, что я могу быть усталой?!
2. Убери за собой посуду.
3. Меня обижает и сердит, когда я прихожу усталая и застаю дома беспорядок.

Предложить задание. Если бы ваш ребенок задал вам подобный вопрос, как бы вы ответили?

- «Почему ты можешь говорить плохие слова, а меня ругаешь за это?»
- «Если вино вредно, почему ты пьешь?»
- «Если ты меня любишь, почему не разрешаешь делать все, Что я хочу?»

После того, как родители дали ответы, познакомить их с примерными ответами, предложенными автором.

«Почему ты можешь говорить плохие слова, а меня ругаешь за это?» «Обычно плохие слова - это грубый способ сказать то, что можно сказать приличными словами. Я не хочу, чтобы ты их употреблял: значит, я отношу то же самое к себе, и сама (сам) постараюсь их не говорить».

Или:

«Я говорю плохие слова тогда, когда действительно в них нуждаюсь: например, когда ударю больно палец или когда слышу, как по телевизору говорят явную глупость. В большинстве случаев я ими не пользуюсь и думаю, что тебе также не стоит их говорить».

Или:

«Да, иногда я употребляю плохие слова. Но я знаю, что это нехорошо. Детям трудно понять, когда допустимо употреблять их, а когда - нет, поэтому лучше вообще не пользоваться такими словами».

Если ты меня любишь, почему не разрешаешь делать все, что я хочу?

«Я люблю тебя. Я знаю, чего тебе очень хочется. Я думаю, что у тебя есть право на собственный выбор. Люди, которые любят друг друга, уважают права других. Но я не желаю, чтобы ты делал это, потому что вижу: ты не готов пока к ответственным решениям. Быть любящей матерью (отцом) - это не означает позволять все: это означает быть всегда вместе со своим ребенком душой, даже тогда, когда ребенок возненавидел тебя за согласие».

Упражнение «Шаг за шагом»

Для достойного решения конфликта в отношениях с подростком мы должны пройти ряд этапов. Психологи вам предлагают шаг за шагом прийти к конструктивным взаимоотношениям. В ходе изучения этапов, вами могут быть высказаны свои точки зрения и убеждения.

Этапы выхода из конфликтных ситуаций:

Первый этап «Прояснение».

1. Сначала необходимо выслушать ребенка.
2. Уточнить - в чем проблема, что он хочет или не хочет, что его затрудняет, что ему важно.
3. Убедить ребенка в том, что вы услышали его проблему.
4. Рассказать ребенку более точно о своем желании и переживании.
5. Понять, какая потребность ребенка ущемлена.
6. Попытаться доступно объяснить ваш запрет.

Второй этап «Банк идей»

1. Начать с вопроса: «Как же нам быть?», «Как поступить?»
2. Надо дать ребенку первому высказать свое решение, затем предложить свои варианты.
3. Не отвергать никаких, даже абсурдных, предложений.
4. Если предложений много, их можно записать на бумаге.

Третий этап «Важный выбор»

1. Провести совместное обсуждение предложений.
2. При обсуждении создать атмосферу доверительного уважения, учитывая взаимные интересы.
3. Определить и осознать истинные желания друг друга.
4. Сделать акцент на том, что как хорошо вместе решать «трудные» вопросы.

Четвертый этап «Контроль»

1. Если ребенок потерпит неудачу, лучше, если он об этом скажет сам.
2. Разобраться, проанализировать вместе с ним, в чем была причина неудачи.
3. Приободрить и вселить уверенность в том, что ребенок в состоянии самостоятельно справиться с этой задачей.

Анализ упражнения:

1. Использовали ли вы в общении с ребенком какую-нибудь технологию разрешения конфликта?
2. Какой из этапов вам показался более сложным?
3. Какие методы вы используете для разрешения конфликтов в вашей семье и можете сказать, что добиваетесь хороших результатов?
4. Прислушиваетесь ли вы к мнению своего ребенка в ситуации конфликта?

Упражнение «Мозговой штурм»

Психолог зачитывает родителям различные трудные жизненные ситуации, по вопросам которых они чаще всего обращаются к психологу. Например: «Как уложить ребенка спать, если он этого не хочет?»; «Как реагировать на детские страхи (страх разлуки, боязнь чужих, страшные сны)?»; «Почему ребенок такой вредный, перечит всем?»; «Ребенок все время всех задирает, дерется со всеми. Что делать?»; «Ребенок скрывает от родителей плохие оценки. Как поступить?»; «Ребенок постоянно просит у родителей деньги. Давать ему или нет?» и т.д. На основе вышеописанных рекомендаций и приемов, с помощью обсуждения и мозгового штурма родители сами отвечают на волнующие их вопросы. Это упражнение учит родителей анализировать проблемы своих детей, помогает взглянуть на них со стороны и найти правильный способ решения трудных ситуаций.

Упражнение «Анализ воспоминаний»

Родители сидят в круге и отвечают на вопросы:

- В честь кого Вы назвали своего ребенка?
- Каким Вы представляли своего ребенка еще до рождения?
- Оправдал ли он Ваши ожидания?
- Каким Вы представляете своего сына (дочь) через 10 лет?
- Какие основания позволяют Вам верить, что эти ожидания сбудутся?

Очень часто ожидания родителей от детей не полностью их удовлетворяют: мечтали об интеллектуале, а сын имеет обычные способности, видели в ребенке будущего спортсмена, а он еле-еле сдает нормативы и т.п. Как смириться с таким положением? Где искать «виновных» в том, что идеальное представление далеко от реального? А, может быть, научиться принимать ребенка таким, каков он есть и, продолжая любить его, способствовать его совершенствованию?

Рефлексия

Ведущий: «Вернемся к «Нашим ожиданиям», которые вы высказали в начале занятия, проанализируйте какие из ваших ожиданий оправдались, а какие нет и снимите стикеры ваших неоправданных ожиданий».

Вопросы для обсуждения

- Как вы чувствовали себя во время занятия?
- Что понравилось, что не понравилось?
- Что было сложным для вас?
- Что было для вас важным?
- Какой опыт вы приобрели?
- Как новый опыт повлияет на вашу жизнь?

Тренинговое занятие «Будь хозяином своих эмоций»

Цель: улучшение психоэмоционального состояния у родителей.

Задачи:

1. Дать понятие стресса и его влияние на организм человека.
2. Обучение способам управления своим психоэмоциональным состоянием.
3. Обучение способам психологической самопомощи в ситуации стресса.

Ход тренинга

Приветствие

Здравствуйте, уважаемые родители!

Мы с вами сегодня встретились, для того чтобы узнать немного больше об эмоциональном состоянии человека, а точнее узнать, что же такое стресс и как он влияет на здоровье человека. А также, научиться понимать свое эмоциональное состояние и лучше понимать других людей, учиться выражать собственные чувства, переживания, практиковать приемы релаксации.

Разминка

Упражнение «Алексей, апельсин, Амстердам»

Цель: способствовать сплочению группы и созданию доверительной обстановки.

Ведущий просит каждого участника по очереди представиться с помощью триады, в которой:

- первое слово – имя участника;
- второе слово – любимое блюдо;
- третье слово – название города, в котором хотелось бы побывать.

Основная часть

Стресс – категория абстрактная. О ней все говорят, но ее никто не видел. А эффективно работать можно с тем, что отчетливо понимаешь, осознаешь, видишь. При этом нет такого человека, который хотя бы единожды не испытывал стресс. Каждый из нас сталкивается с ним довольно часто, у каждого из нас есть понимание того, что такое стресс. Сейчас мы с вами материализуем свой стресс, придадим ему конкретную художественную форму.

Упражнение «Мой стресс» (рисуночная техника)

Участникам необходимо в течение 5-7 минут выполнить рисунок «Мой стресс». В рисунке можно изобразить метафору, образ, художественное представление, свое видение и понимание стресса. Каждый работает самостоятельно.

Обсуждение полученных результатов:

- . Расскажите, что вы изобразили на своих рисунках? Какой он, ваш стресс? На что он похож?
- Как вы к нему относитесь: он вам нравится, симпатичен (чем?), не нравится (что в нем не нравится?). Вы его боитесь?

- Где вы на рисунке? Как вы взаимодействуете со своим стрессом (боритесь с ним, противостояте ему, убегаете от него, стресс овладел вами, вы в стрессе, вы приручили свой стресс, вы подружились с ним, он вам безразличен)?
- Изображены ли на рисунке факторы, влияющие на возникновение стресса? Каковы они?
- Что является результатом вашего взаимодействия со стрессом?
-

Мини-лекция

Так что же такое стресс?

Стресс – это общее напряжение организма, возникающее под воздействием чрезвычайного раздражителя.

Когда человек сталкивается с неприятной ситуацией, внутренне напрягается: зашкаливает давление, учащается пульс, мышцы напрягаются, готовясь к действию, но действия-то не происходит, и «неотработанные эмоции запечатлеваются в теле, образуются участки «застывшего» напряжения, или повышенного мышечного тонуса. Возникают мышечные зажимы. А это может привести: усталость, сниженное настроение, раздражительность или апатию, нарушение сна, психосоматические заболевания (гипертоническая болезнь, стенокардия, язва желудка, бронхиальная астма, сахарный диабет, некоторые кожные заболевания – экзема, нейродермит, псориаз).

Умение снимать мышечные зажимы позволяет снять нервно-психическое напряжение. Для того, чтобы достичь максимального расслабления нужно напрячься максимально сильно.

Упражнение «Лимон»

Цель: управление состоянием мышечного напряжения и расслабления.

Ведущий: сядьте удобно, руки свободно положите на колени (ладонями вверх), плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе. Что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до тех пор, пока не почувствуете, что «выжали» весь сок. Расслабьтесь. Запомните свои ощущения. Теперь представьте себе, что лимон находится в левой руке. Повторите упражнение. Вновь расслабьтесь и запомните свои ощущения. Затем выполните упражнение одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Насладитесь состоянием покоя.

Упражнение «Прощай напряжение»

Ведущий: возьмите газетный лист, скомкайте его и вложите в это все свое напряжение. Закиньте подальше.

Как вы себя чувствуете?

Расстались ли вы со своим напряжением?

Расскажите о своих ощущениях до и после упражнения.

Упражнение «Дождь в джунглях»

Ведущий: Давайте встанем в тесный круг друг за другом. Представьте, что вы оказались в джунглях. Погода сначала была великолепная, светило солнце, было очень

жарко и душно. Но вот подул легкий ветерок. Прикоснитесь к спине впереди стоящего человека и совершайте легкие движения руками. Ветер усиливается (давление на спину увеличивается). Начался ураган (сильные круговые движения). Затем пошел мелкий дождь (легкие постукивания по спине партнера). А вот начался ливень (движение пальцами – ладони вверх – вниз). Пошел град (сильные постукивающие движения всеми пальцами). Снова пошел ливень, застучал мелкий дождь, пронесся ураган, подул сильный ветер, затем он стал слабым. И все в природе успокоилось. Опять выглянуло солнце.

Как вы себя чувствуете после такого массажа?

Приятно или нет было выполнять те или иные движения? Поделитесь своими ощущениями и настроением.

Рефлексия

Поделитесь своими мыслями и ощущениями после нашего занятия? Что понравилось? Что запомнилось? Ваши замечания и пожелания?

Прощание

Упражнение «Я желаю себе»

Все участники тренинга встают в круг и передают друг другу мяч со словами: «Я желаю себе...»

Программа профилактической работы с педагогами

Семинар-практикум

«Психолого-педагогическая компетентность педагога»

Цель: повышение уровня психолого-педагогической компетентности педагогов школы.

Задачи:

1. Дать понятие профессиональной компетенции педагога.
2. Повести самодиагностику педагогов.
3. Создать модель профессионально значимых качеств педагога.
- 4.

Ход семинара

Вступление

Уважаемые педагоги! Мы собрались, чтобы поговорить об особенностях профессиональной деятельности и о составляющих эффективной деятельности педагога.

Упражнение «Ожидание»

Цель: определить ожидания и получить обратную связь.

Участникам предлагают на стикерах в виде сердечек несколькими словами написать свои ожидания от тренинга, а затем по очереди наклеить их на плакат с изображением стебля цветка, озвучить свои мысли.

Психолог: Я надеюсь, что ваши ожидания оправдаются!

Упражнение «Узелки»

Психолог предлагает всем встать в круг и взяться за руки крест на крест. Затем попробовать распутаться не разрывая рук.

Психолог: «Узелки» в профессиональной деятельности иногда бывает сложно решить, потому что всегда возникают сложные ситуации, вопросы в отношениях с детьми и их родителями, проблемы, которые касаются вопросов саморазвития и профессионального роста. Эти проблемы и есть узелки в профессиональной деятельности педагога. Посмотрите, наш коллектив состоит из опытных и молодых педагогов. И когда мы вместе решаем все эти проблемы, опытные педагоги помогают молодым, то все эти узелки очень легко «развязать» (разрешить). И именно о таких узелках в нашей работе сейчас пойдет речь.

Основная часть

Мини-лекция

Компетенция (от лат. *competentio* от *competo* добиваюсь, соответствую, подхожу) - это личная способность специалиста решать определенный класс профессиональных задач.

Педагогическая компетентность - системное явление, сущность которого состоит в системном единстве педагогических знаний, опыта, свойств и качеств педагога, позволяющих эффективно осуществлять педагогическую деятельность, целенаправленно организовывать процесс педагогического общения и также предполагающих личностное развитие и совершенствование педагога.

В модели профессиональной компетентности учителя в соответствии со стандартами образования четко *определена сущность психолого-педагогических компетенций педагога*, которая включает в себя:

- осведомленность учителя об индивидуальных особенностях каждого ученика, его способностях, сильных сторонах характера, достоинствах и недостатках предшествующей подготовки, которая проявляется в принятии продуктивных стратегий индивидуального подхода в работе с ним;
- осведомленность в области процессов общения, происходящих в группах, с которыми учитель работает, процессов, происходящих внутри групп, как между учащимися, так и между учителем и группами, учителем и учащимися, знание того, в какой мере процессы общения содействуют или препятствуют достижению искомых педагогических результатов;
- осведомленность учителя об оптимальных методах обучения, о способности к профессиональному самосовершенствованию, а также о сильных и слабых сторонах своей собственной личности и деятельности и о том, что и как нужно сделать в отношении самого себя, чтобы повысить качество своего труда.

Психолого-педагогическая компетентность – это адекватная, пропорциональная совокупность профессиональных, коммуникативных, личностных свойств учителя, позволяющая достигать качественных результатов в процессе обучения и воспитания учащихся. То есть следует учитывать и индивидуальные особенности (большую роль играет тип личности, ее интеллект); психическое состояние и типичное настроение; эффективность социализации (например, нарушение социализации приводит к возникновению эмоциональной глухоты, комплексов, агрессивности); влияние культурных различий и, в идеале, специальная психологическая подготовка.

- Следует обратить внимание на три блока психолого-педагогической ориентации: грамотность (т.е. знания, которые принято называть общепрофессиональными);
- умения как способность учителя использовать имеющиеся у него знания в педагогической деятельности, в организации взаимодействия;
- профессионально значимые личностные качества, наличие которых неотделимо от самого процесса педагогической деятельности.

Суть характеристики психолого-педагогических компетенций учителя составляет направленность на ученика как главную ценность своего труда, а также потребность в самопознании и возможном изменении себя, способов учебно-воспитательной деятельности, методов воздействия на школьников с учетом закономерностей развития личности.

К психологическим компонентам психолого-педагогической компетентности учителя относятся:

- дифференциально-психологический (знания об особенностях усвоения учебного материала конкретными учащимися в соответствии с индивидуальными и возрастными характеристиками);
- социально-психологический (знания об особенностях учебно-познавательной и коммуникативной деятельности учебной группы и конкретного учащегося в ней, об особенностях взаимоотношений учителя с классом, о закономерностях общения);

- знания о достоинствах и недостатках собственной деятельности, особенностях своей личности и ее характерных качествах.

Воплощение психолого-педагогических компетенций в практику взаимодействия с детьми осуществляется успешнее при условии, если учитель умеет приводить учащихся в более деятельное состояние; так конструировать информацию, чтобы она была доступной для слабых школьников и достаточной для более сильных; включать всех учащихся в учебный процесс, в полезный для них труд.

Критерием психолого-педагогической компетентности **педагогического общения** является владение учителем демократическим стилем общения с учениками, учителями и родителями.

Критерием психолого-педагогической компетентности **личностного развития учителя** является стабильное психоэмоциональное состояние личности учителя.

Основным критерием сформированности психолого-педагогической компетентности является умение учителя самостоятельно разрешать педагогические ситуации, способствуя личностному развитию ученика.

Рассматривая психолого-педагогические компетентности и значимость таких ее структурных компетенций, как психолого-педагогические грамотность и умения, нельзя не обратиться к другим важным составляющим. А именно: **глубина и разносторонность знаний педагогов не всегда совпадают с продуктивностью их деятельности.** Совокупность таких качеств, как **рефлексивность, гибкость, эмпатичность, общительность,** формируется на основе искреннего интереса к партнеру, к его деятельности, желания работать вместе, принимать участие в общем деле. Способность к сотрудничеству интегрирует, вбирает в себя комплексные умения: формулировать свою точку зрения, слушать и слышать ученика, выяснять точки зрения, разрешать разногласия с помощью аргументации, не переводить противоречия в плоскость личных отношений, поощрять активность учеников и своевременно проявлять свою инициативу; **оказывать эмоциональную и содержательную поддержку тому, кто в этом особо нуждается;** предоставлять ученику возможность утвердиться, попробовать силы в разных видах деятельности; занимать диалогичную, а не монологичную позицию; органически сочетать «ролевые» и «межличностные», деловые и человеческие отношения. **Способность к сотрудничеству предполагает открытость педагога и готовность к любым формам взаимодействия.**

И последнее, что хотелось бы отметить, что тоже очень важно - эмоциональная привлекательность и внешняя привлекательность учителя, способность расположить к себе ученика манерой поведения, внешним видом. Внешность воспринимается в комплексе и целостности всех ее признаков. **Внимание учащихся обращается не только на то, что говорит учитель, но и на то, как он говорит, на внешнее выражение чувств в мимических и пантомимических движениях.** Приятные манеры поведения помогают быстро адаптироваться, упрощают установление коммуникативных связей, повышают возможность воздействия на учащихся. **Всем манерам эмоционально привлекательного учителя присуща одна общая черта - это соблюдение педагогического такта, который включает в себя чуткость к окружающим и умение найти такую форму общения с учащимися, которая позволила бы сохранить обоим личное достоинство.**

В этом и заключается значение психолого-педагогических компетенций учителя в реализации воспитательного и развивающего потенциала образовательного процесса.

Понятие компетентности педагога понимается как ценностно-смысловое отношение к целям и результатам педагогической деятельности, выражающееся в осознанном выполнении профессиональных функций.

Упражнение «Какой я педагог?»

Материалы: Листочки с изображением человека.

- Написать 10 качеств - ответ на вопрос: «Какой я педагог» (с детьми, с родителями, в деятельности и т.п.).

- Около каждого качества ставим знак «+» или «-» - в зависимости от того, нравится нам это качество или нет.

- **Есть ли минусы?** Если нет - то недостаточно критичны к себе, «закрываем на что-то глаза». Даже если у нас огромный опыт, все равно есть какие-то моменты, куда мы можем расти или двигаться. Стоит поискать направление. Если мы не признаем свои минусы - то не даем себе возможность что-то изменить в этой зоне (области).

- Если есть и «+» и «-» - мы смотрим на себя более объективно.

- Наши минусы - это наши «зоны роста» - те места, с которыми надо разбираться. **Есть ли у вас «зоны роста»?** (тревога, крик, усталость, выгорание, нагрузка, раздражение и т.п.).

Деловая игра «Модель профессиональной компетенции педагога»

Педагоги делятся на 3 группы. Каждая группа обсуждает и оформляет на ватмане модель профессиональной компетентности педагога. Необходимо на одной половине ватмана изобразить профессионально компетентного педагога, а рядом записать 10 наиболее важных и значимых его качеств.

Обсуждение полученных результатов. Выделение важнейших личностных качеств педагога-профессионала.

Самодиагностика

Оценка уровня эмпатических способностей, толерантности и конфликтности педагога

Опросник «Диагностика наличия эмпатии, толерантности, конфликтности педагога» (модифицированная методика на выявление уровней эмпатии, толерантности, конфликтности учителя авторов В.В. Бойко, И.М. Юсупова)

Цель: выявить уровень проявления профессионально значимых черт личности учителя (эмпатии, толерантности и конфликтности) в условиях образовательного процесса участниками образовательного процесса (коллегами).

Инструкция: ответьте, пожалуйста, на предложенные суждения относительно поведенческих проявлений вашего коллеги. При ответе важна первая реакция. Помните, что нет плохих или хороших ответов. Отвечать надо, долго не раздумывая. Поставьте свой ответ в соответствующей колонке.

№		верно	верно в некоторой степени	совсем не верно
1.	Ваш коллега в условиях			

	профессиональной деятельности направлен на дело			
2.	Имеет адекватную самооценку			
3.	Умеет почувствовать настроение другого			
4.	Внимательно относится к проблемам других коллег			
5.	Прислушивается к мнению других			
6.	Выдерживает корректный тон в споре, тактичен			
7.	Считает, что в споре не нужно демонстрировать свои эмоции			
8.	Не раздражается при виде суетливых и непоседливых или медлительных людей			
9.	Спокойно относится к шумным детским играм			
10.	Спокоен, даже если дважды обращаешься к нему по одному и тому же вопросу			
11.	Легко идет на уступки коллегам			
12.	Детям нравится, когда ваш коллега предлагает им свою идею, дело и охотно приступают к совместной деятельности			
13.	Ваш коллега не пройдет мимо расстроенного ученика			
14.	Ваш коллега считает, что человеку станет легче, если внимательно отнестись к его проблеме			
15.	Считает, что родители должны относиться к своим детям справедливо			

Ключ:

Для анализа результатов каждый ответ оценивается: «верно» - 3 балла; «верно в некоторой степени» - 2 балла; «совсем не верно» - 1 балл.

Интерпретация результатов основывается на средней статической оценке по шкалам.

Конфликтность – вопросы 2, 4, 5, 6, 7. Количество баллов делится на 5.

Толерантность – вопросы 1, 8, 9, 10, 11. Количество баллов делится на 5.

Эмпатийность – вопросы 3, 12, 13, 14, 15. Количество баллов делится на 5.

Уровень проявления толерантности и эмпатийности личности определяется на основе среднестатической оценки (при необходимости провести округление результатов):

1 балл – низкий уровень;

2 балла – средний уровень;

3 балла – высокий уровень.

Уровень проявления конфликтности личности определяется на основе среднестатистической оценки (при необходимости провести округление результатов):

1 балл – высокий уровень;

2 балла – средний уровень;

3 балла – низкий уровень.

Для определения уровня проявлений толерантности, эмпатии и конфликтности по результатам диагностики коллектива вычисляется среднестатистическое значение по формуле: сумма баллов, выставленных каждым участником опроса, делится на количество участников опроса (при необходимости провести округление результатов).

Обсуждение полученных результатов.

Заключительная часть

На сегодняшнем семинаре мы раскрыли понятие «профессиональная компетентность», создали «модель профессиональной компетенции педагога». Исходя из этого, можно сделать вывод: педагог не должен останавливаться на достигнутом, педагогу необходимо развиваться всю свою профессиональную деятельность, так как научить и передать свой опыт детям может лишь тот педагог, кто сам развивается в профессии, обладает высоким уровнем знаний и умений, а так же обладающий высоким уровнем эмпатии, толерантности и низким уровнем конфликтности.

Тренинговое занятие для педагогов

«Снятие эмоциональной напряженности и усталости»

Цель: снятие эмоционального напряжения для укрепления психологического здоровья педагога.

Приветствие

Разминка

Упражнение «Меня зовут... Я делаю так...»

Цель: раскрепощение, снятие тревожности и напряжения.

Каждый участник по кругу называет свое имя и показывает какое-то движение со словами: «Меня зовут... Я делаю так...». Каждый последующий участник повторяет сначала все имена и движения предыдущих, а потом уже называет свое имя и показывает свое движение. Таким образом, последний участник должен повторить имена и движения всех остальных членов группы.

Основная часть

Мини-лекция

Современный человек постоянно живет на грани стресса. Причиной тому становится множество факторов, таких как: скверная экология, жесткий ритм городской жизни, агрессивная социальная среда, политическая нестабильность, финансовые кризисы и т.д. Жизнь без стрессов невозможна. Стресс неизбежный спутник жизни человека.

Ученые считают, что незначительные стрессы неизбежны и безвредны, но чрезмерный стресс создает большие проблемы для личности и группы.

Следует отметить, что профессиональной деятельности без стресса не бывает.

С одной стороны, благодаря стрессу мы испытываем разнообразные эмоции, которые обогащают нашу жизнь, добиваемся новых результатов, достигаем вершин личностно-профессионального роста. С другой, угнетающее действие хронического стресса может вызывать депрессии, психосоматические заболевания, психологические проблемы личности, имеющей низкую профессиональную мотивацию, не стремящейся к повышению квалификации и карьерному росту, имеющей те или иные деформации и деструкции, отклонения от гармоничной линии профессионального развития и этического поведения специалиста.

Профессия педагога сопряжена с множеством ситуаций, вызывающих стресс. Работа педагога характеризуется постоянными нервно-эмоциональными нагрузками, психоэмоциональным напряжением. Высокая ответственность, мотивационная и личностная вовлеченность в педагогическую работу, значительное эмоциональное «выкладывание» в общении со школьниками обуславливают стрессогенный характер деятельности педагога.

Труд педагога сопряжен с большими психоэмоциональными затратами. Урок сам по себе, является стрессогенным фактором, так как заставляет и учителя, и учеников успеть за 45 минут выполнить все намеченное. Угроза «не успеть» – одна из самых стрессогенных для современного человека. У педагога к этому добавляется необходимость одновременно решить несколько педагогических задач: уследить за каждым учеником, реализуя индивидуальный подход; поддержать дисциплину в классе; доступным языком объяснить новый материал, оценить степень его усвоения; проверить выполнение домашнего задания и поставить объективные оценки. Все эти задачи сами по себе вызывают психическое напряжение, так как решаются с высоким чувством ответственности.

Понятия стресс и стрессоустойчивость, в изучении профессиональной деятельности учителя, занимают далеко не последнее место. Их более детальное исследование, позволит, в какой-то мере, регулировать факторы, влияющие на психическое здоровье учителей, а соответственно на эффективность педагогической деятельности, уровень образования.

Стрессы - типичное явление в жизнедеятельности учителя и поэтому стрессоустойчивость является профессионально-значимым качеством его личности.

Разболтанность нервной системы педагога может привести к нервным срывам, что крайне неблагоприятно и для них самих, и для окружающих. Нужно отметить, что стрессам в школе подвержены любые учителя.

Педагоги, которые стараются вести урок как можно более спокойно и не вникать в конфликты, подвержены подобным срывам даже больше, так как постоянное накапливание раздражения и сдавливание его внутри себя приводит, рано или поздно, к эмоциональному взрыву.

Профессия учителя в настоящее время феминизирована, поэтому к перечисленным профессиональным стрессорам добавляются загруженность работой по

дому и дефицит времени для семьи и детей. Кроме того, низкая оплата труда и относительно низкий социальный статус школьных педагогов также представляют собой факторы, способствующие выгоранию.

Поэтому, для сохранения своего психологического здоровья, так важно педагогу уметь отслеживать и регулировать свое эмоциональное состояние.

Упражнение «Продолжи фразу»

Цель: повышение работоспособности, позитивного настроения.

Ведущий приветствует участников тренинга и предлагает продолжить фразу, перекидывая друг другу мяч и обращаясь ко всем членам группы: «Привет, сегодня замечательный день, потому что...» Следующий участник повторяет высказывание предыдущего и придумывает свое продолжение.

Упражнение «Плюс-минус»

Цель: осознание позитивных моментов педагогической деятельности.

Материалы и оборудование: ватман с нарисованным деревом, который крепится на доску; самоклеящиеся стикеры в форме листочков; ручки для каждого участника.

Ведущий: «Вам нужно написать на листочках одного цвета минусы вашей работы, а на листочках другого цвета - плюсы своей работы». Участники пишут, а потом по очереди прикрепляют свои листочки с плюсами и минусами к дереву. Каждый участник озвучивает то, что он написал. Затем проводится рефлексия упражнения. Участники обсуждают, чего больше получилось - плюсов педагогической деятельности или минусов - и почему. Ожидаемый результат: педагоги должны увидеть, что плюсов в работе все-таки больше, и прийти к выводу, что работа педагога тяжела, но приятна. А также увидеть все стороны педагогической деятельности, осознать, что затруднения у педагогов похожи.

Упражнение «Откровенно говоря»

Цель: вербализация и осознание педагогами проблемы эмоционального выгорания.

Материалы: карточки с незаконченными фразами.

Ведущий: «Вам нужно вытянуть любую карточку с незаконченным предложением и попытаться закончить фразу откровенно и честно».

Фразы для карточек:

Откровенно говоря, когда я прихожу домой после работы...

Откровенно говоря, во мне вызывает улыбку...

Откровенно говоря, когда я провожу родительское собрание...

Откровенно говоря, когда я волнуюсь...

Откровенно говоря, когда я думаю о работе...

Откровенно говоря, когда мой рабочий день заканчивается...

Откровенно говоря, успехи на работе...

Откровенно говоря, я мечтаю ... и др.

Упражнение «Мусорная корзина»

Цель: избавление от негативных эмоций.

Ведущий раздает педагогам листочки и ручки, в центр круга ставится мусорная корзина.

Ведущий обращается к участникам с просьбой написать на бумаге те негативные эмоции, которые имеются в настоящий момент у участников (каждый указывает свои эмоции). После этого бумажки выбрасываются в мусорную корзину.

Психолог спрашивает, кто хочет поделиться и рассказать другим участникам содержание своей записки.

В конце упражнения корзина убирается в сторону (но на видное место).

Упражнение «Зажимы по кругу»

Цель: снятие мышечных зажимов, напряжение.

Участники идут по кругу. По команде ведущего напрягают левую руку, левую ногу, правую руку, правую ногу, обе ноги, поясницу, все тело.

Напряжение в каждом отдельном случае должно быть сначала слабым, потом постепенно нарастать до предела. В таком состоянии предельного напряжения участники двигаются несколько секунд (15-20), потом по команде ведущего сбрасывают напряжение – полностью расслабляют напряженный участок тела.

Упражнение «Звуковая гимнастика»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Упражнение выполняется стоя с выпрямленной спиной в спокойном, расслабленном состоянии. Сначала делаем глубокий вдох носом, а на выдохе громко и энергично произносим звук. Припеваем следующие звуки:

А – воздействует на весь организм;

Е – воздействует на щитовидную железу;

И – воздействует на мозг, глаза, нос, уши;

О – воздействует на сердце, легкие;

У – на органы, расположенные в области живота;

Я – на работу всего организма;

М – на работу всего организма;

Х – помогает очищению организма;

ХА – помогает повысить настроение.

Упражнение «Муха»

Цель: снятие напряжения с лицевой мускулатуры.

Ведущий: «Сядьте удобно: руки свободно положите на колени, плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте, что на ваше лицо пытается сесть муха. Она садится то на нос, то на рот, то на лоб, то на глаза. Ваша задача: не открывая глаз, согнать назойливое насекомое, с помощью лицевых мышц».

Упражнение «Дружественная ладошка»

Цель: формирование положительного отношения между участниками группы.

Участникам раздаются листки бумаги. Психолог: «Обведите контур своей ладони тем цветом, на который похоже ваше настроение сейчас и напишите на ней свое имя. Затем передайте листок с контуром ладошки вашим коллегам по группе, и пусть каждый

оставит свои пожелания или комплимент на одном из пальцев ладони. Послание должно иметь позитивное содержание, личностную обращенность, любым образом упоминать сильные стороны конкретного человека. И я с удовольствием присоединюсь к вам».

Рефлексия

Техника «Мухомор»

На листе формата А4 рисуется круг, разделенный на 5 секторов и помещается на доску. Каждый сектор обозначает:

- 1 - Насколько вы удовлетворены содержанием учебного занятия.
- 2 - Насколько вы довольны формами и методами, используемыми в ходе учебного занятия.
- 3 - Степень вашей включенности в работу.
- 4 - Насколько вам было комфортно работать в ходе учебного занятия.
- 5 - Практическая полезность учебного занятия.

В конце учебного занятия учащиеся ставят точки на каждом секторе, чем ближе к центру, тем выше удовлетворенность учебным занятием.

Прощание

Упражнение «Волшебная шкатулка»

Цель: поднятие настроения.

Педагогам предлагается достать по одной записке из волшебной шкатулки (вазы, мешочка), которая подскажет им, что на их ожидает сегодня или что им нужно сделать в ближайшее время.

Варианты пожеланий:

- Тебе сегодня особенно повезет!
- Жизнь готовит тебе приятный сюрприз!
- Наступило время сделать то, что ты постоянно откладываешь!
- Люби себя такой, какая ты есть, - неповторимой!
- Сделай себе подарок, ты на него заслуживаешь!
- Сегодня с тобой вместе радость и спокойствие!
- Сегодня твой день, успехов тебе!
- Все твои желания и мечты реализуются, поверь в это! и т.д.

Можно также пожелать педагогам создать такую шкатулку у себя дома и каждое утро доставать из нее по одной записке. Эти пожелания волшебным образом влияют на настроение людей, подбадривают, придают уверенности.

Тренинговое занятие для педагогов «Конфликты и пути их разрешения»

Цель: профилактика и разрешение конфликтов.

Задачи:

- дать представление о различных стилях разрешения конфликта;

- углубить самопонимание путем выявления своего собственного стиля, характерного для поведения в конфликте;
- способствовать развитию способности успешно действовать в конфликтных ситуациях и регулировать их.

Ход тренинга

Приветствие. Введение в тему

Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня мы с Вами попробуем разобраться, что такое конфликт и как его избежать.

Разминка

Игра «Давайте поздороваемся»

Участники передвигаются по залу, по хлопку – здороваются за руку, на 2 хлопка – плечами, на 3 хлопка – друг другу машут рукой и говорят «привет!».

- Оформление визиток: «Мое имя...».

Каждый участник готовит себе визитку, пишет, как он хотел, чтоб его называли во время тренинга (на бейджиках).

Упражнение «Ассоциации»

Конфликт это:

- Если мебель, то какая? (табурет)
- Если животное, то какое? (крокодил)
- Если фрукт или овощ, то какой? (чеснок)
- Если цветок, то какой? (кактус)

Какой можно сделать вывод? (высказывания педагогов).

Теоретическая часть

Люди по характеру, по темпераменту и многим другим критериям неодинаковы, поэтому они по-разному воспринимают ситуацию, в которой оказываются. Человек, насколько бы бесконфликтным он ни был, не в состоянии избежать разногласий с окружающими. Сколько людей – столько мнений, и интересы разных людей вступают в противоречия друг с другом.

Итак, слово конфликт в переводе с латинского означает «столкновение», а с точки зрения психологии Конфликт – явление, возникающее в результате столкновения противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов различных людей. В ответ на (агрессию) раздражение мы подсознательно начинаем сопротивляться, т.е. раздражение рождает конфликт, агрессию. Если мы настроены недружелюбно по отношению к другим, они это почувствуют и неосознанно примут меры защиты. Конфликты являются естественной частью нашей жизни. Так как все мы разные: у каждого свои взгляды, привычки, мечты. А это значит, наши интересы и интересы окружающих людей могут не совпадать. Иногда это становится причиной возникновения конфликтов (барьеров в общении). Нужно помнить, что практически по любому вопросу у разных людей взгляды отличаются. Люди – то разные! Эти отличия

естественны и нормальны. При этом в конфликтных ситуациях мы ведем себя по-разному.

Конфликты – это необходимое явление социальной жизни. Они неизбежны, если люди имеют свою собственную позицию. Противоречия не возникают только тогда, когда все думают и чувствуют одинаково. Но в реальности такого почти не встречается. Но конфликт – это не всегда плохо. При эффективном управлении конфликтом его последствия могут играть и положительную роль.

Вопрос к группе:

Назовите положительные и отрицательные стороны конфликтов.

Отрицательные

- Настроение враждебности
- Ухудшение социального самочувствия
- Формализация общения
- Умышленное и целенаправленное деструктивное поведение
- Эмоциональные затраты
- Ухудшение психологического здоровья
- Снижение работоспособности

Положительные

- Получение социального опыта
- Нормализация морального состояния
- Получение новой информации
- Разрядка напряжённости
- Помогает прояснить отношения
- Стимулирует позитивные изменения

Вывод: Таким образом, мы выяснили, что конфликты могут носить не только отрицательные черты, но и быть полезными. Самое главное, уметь правильно разрешать их.

Что является основой возникновения конфликтов? (варианты ответов)

- Столкновения противоположных интересов, взглядов, целей.
- Несовместимые стремления сторон.
- Несогласия между сторонами, когда каждая стремится сделать так, чтобы была принята именно ее позиция.
- Основой конфликтов является отличие в миропонимании, представлениях о добре и зле, нежелании поставить себя на место другого человека, преодолев свой эгоцентризм... Конфликты существуют в любых отношениях. Это случается потому, что люди разные и по-разному реагируют на ситуации. Вместо того, чтобы стараться решить проблему, люди начинают спорить.

Конфликты бывают:

- межличностные
- между личностью и группой
- внутри группы
- межнациональные
- межгосударственные

Стадии конфликта:

1. Рост напряженности в отношениях
2. Открытое противоборство
3. Решение конфликта
4. Завершение открытого противоборства

Нас сегодня больше интересуют **межличностные конфликты**. Они могут **протекать в форме:**

1. соперничества - старание к доминированию;
2. спора - расхождений по поводу нахождения наилучшего варианта решения общих проблем?
3. дискуссии - обсуждение спорного вопроса.

Различают две стороны конфликта: конструктивные и деструктивные.

Конструктивные конфликты:

- Конфликт вскрывает «слабое звено» в организации, во взаимоотношениях (диагностическая функция конфликта);
- Конфликт даёт возможность увидеть скрытые отношения;
- Конфликт даёт возможность выплеснуть отрицательные эмоции, снять напряжение;
- Конфликт - это толчок к пересмотру, развитию своих взглядов;
- Необходимость разрешения конфликта обуславливает развитие организации;
- Конфликт способствует сплочению коллектива при противоборстве с внешним врагом.

Деструктивные конфликты:

- Отрицательные эмоциональные переживания, которые могут привести к различным заболеваниям;
- Нарушение деловых и личных отношений между людьми, снижение дисциплины. В целом ухудшается социально - психологический климат;
- Ухудшение качества работы. Сложное восстановление деловых отношений;
- Представление о победителях или побежденных как о врагах;
- Временные потери. На одну минуту конфликта приходится 12 минут после конфликтных переживаний.

Поговорим о способах протекания конфликта.

- **Избегание** – стремление выйти из конфликтной ситуации, не разрешая ее:

- молчание;
- демонстративное удаление;
- обиженный уход;
- затаенный гнев;
- депрессия;
- игнорирование обидчика;
- едкие замечания по «их» поводу за «их» спиной;
- переход на «чисто деловые отношения»;
- полный отказ от дружеских или деловых отношений с провинившейся стороной.

- **Приспособление** – подстройка под собеседника, отказ от своих интересов:

- вы делаете вид, что все в порядке;
- продолжаете действовать, как будто ничего не произошло;
- миритесь с происходящим, чтобы не нарушать покой;
- ругаете себя за вашу раздражительность;
- пользуетесь вашим обаянием для достижения нужной цели;
- молчите, а потом начинаете вынашивать планы мести;
- подавляете все ваши негативные эмоции.

- **Компромисс** – решение конфликта через взаимные уступки.

- поддерживаете дружеские отношения;

- ищите справедливое решения;
- делите предмет желаний поровну;
- избегаете самовластия и напоминаний о вашем первенстве;
- получаете что-то и для себя;
- избегаете столкновения в лоб;
- уступаете немного ради поддержания отношений.

- **Соперничество** – открытая борьба за свои интересы, отстаивание своей позиции с полным игнорированием интересов партнера:

- вы стремитесь доказать, что другой человек не прав;
- обижаетесь, пока они не передумают;
- перекрикиваете других;
- применяете физическое насилие;
- не принимаете явного отказа;
- требуете безоговорочного послушания;
- призываете на помощь союзников для поддержки;
- требуете, чтобы ваш оппонент согласился с вами ради сохранения отношений.

- **Сотрудничество** – предполагает поиск решения, которое не только бы удовлетворило интересы обеих сторон, но и позволило бы им извлечь пользу из конфликта.

- определяете потребности всех участников;
- стараетесь их удовлетворить;
- признаете ценности других, равно как и ваши собственные;
- стараетесь быть объективными, отделяя проблему от личностей;
- ищите творческих и неординарных решений;
- не щадите проблему, щадите людей.

Пути выхода из конфликта

- Компромисс – решение проблемы через взаимные уступки сторон.
- Переговоры – мирная беседа обеих сторон по решению проблемы.
- Посредничество – использование третьей стороны в заочном решении проблемы.
- Арбитраж – обращение к наделенному специальными полномочиями органу власти за помощью в решении проблемы.
- Применение силы, власти, закона – одностороннее использование власти или силы той стороной, которая считает себя сильнее.

Тест «Конфликтная ли вы личность?»

Вопросы:

1. В общественном транспорте начался спор на повышенных тонах. Ваша реакция?

- А) не принимаю участия
- Б) кратко высказываюсь в защиту стороны, которую считаю правой
- В) активно вмешиваюсь, чем вызываю огонь на себя

2. Выступаете ли вы на собраниях с критикой лидеров?

- А) нет
- Б) только если имею для этого веские основания
- В) критикую по любому поводу не только лидеров, но и тех, кто их защищает

3. Часто ли вы спорите с друзьями?

- А) только если люди необидчивые

Б) лишь по принципиальным вопросам

В) споры – моя стихия

4. Как вы реагируете, если кто-то пытается пройти в обход очереди?

А) возмущаюсь в душе, но молчу – себе дороже

Б) делаю замечание

В) прохожу вперед и начинаю наблюдать за порядком

5. Дома на обед подали недосоленное блюдо. Ваша реакция?

А) не буду поднимать бучу из-за пустяков

Б) молча возьму солонку

В) не удержусь от едких замечаний, демонстративно откажусь от еды

6. Если на улице, в транспорте вам наступили на ногу.

А) с возмущением посмотрю на обидчика

Б) сухо сделаю замечание

В) выскажусь, не стесняясь в выражениях

7. Если кто-то из близких купил вещь, которая вам не нравится.

А) промолчу

Б) ограничусь коротким, тактичным замечанием

В) устрою скандал

8. Не повезло в лотерее. Как вы к этому отнесетесь?

А) постараюсь казаться равнодушным, но в душе дам себе слово больше не участвовать в ней

Б) не скрою досады, но отнесусь к происшествию с юмором, пообещав взять реванш

В) проигрыш надолго испортит отношение

Обработка результатов:

А-4 балла

Б-2 балла

В-0 баллов

Интерпретация:

22-32 балла

Вы тактичны и миролюбивы, ловко уходите от споров и конфликтов, избегаете критических ситуаций на работе и дома. Изречение «Платон мне друг, но истина важнее!» - никогда не было вашим кредо. Может быть, поэтому вас иногда называют приспособленцем. Наберитесь смелости, если обстоятельства требуют высказываться принципиально, невзирая на лица.

11-21 балл

Вы слывете человеком конфликтным. Но на самом деле конфликтуете, лишь, если нет иного выхода и другие средства исчерпаны. Вы твердо отстаиваете свое мнение, не думая о том, как это отразится на вашем положении в обществе или приятельских отношениях. При этом не выходите за рамки корректности, не унижаетесь до оскорблений. Все это вызывает к вам уважение.

До 10 баллов

Споры конфликты - это воздух, без которого вы не можете жить. Любите критиковать других, но, если слышите замечания в свой адрес, можете съесть живьем. Ваша критика – ради критики, а не для пользы дела. Очень трудно приходится тем, кто рядом с вами. Ваши несдержанность и грубость отталкивают людей. Не поэтому ли у вас нет настоящих друзей? Словом, постарайтесь перебороть ваш вздорный характер!

Практическая часть

Упражнение «На мостике»

Сейчас мы с вами сыграем в одну игру, представьте себе, что вы стоите на краю пропасти, а вам очень нужно перейти на другой берег по этому мостику, но на другом берегу стоит тоже человек, которому, так же как и вам, необходимо перебраться на другой берег.

Группа делится на две команды. С каждой команды выходят по 2 участника, которые расходятся в разные концы комнаты, между ними рисуется узкая дорожка.

Задача игроков – пройти как можно быстрее на другую сторону. Тот, кто заступился за дорожку, считается упавшим в пропасть.

Выполнение упражнения начинается по команде ведущего.

Обсуждение:

- Как вы себя чувствовали?
- Что вы чувствовали при выполнении этого упражнения?
- В реальных ситуациях, вы предпочитаете уступить или добиться определённой цели?
- Какого стиля общения придерживался каждый из участников?

Просмотр короткометражного мультфильма «Мост» (["Мост", решение конфликтов - поиск Яндекса по видео \(yandex.ru\)](#))

Упражнение «Я свой»

Все кроме водящего, встаём в круг и берёмся за руки. Стоять нужно на близком расстоянии друг от друга лицом снаружи. Ведущий остаётся вне круга, его задача - доказать, что он свой, и попасть внутрь круга.

Ведущий может использовать **разные способы:**

1. Попытаться уговорить двух наиболее доброжелательных к нему игроков;
2. Попробовать силой или хитростью ворваться в круг.

Но эта задача может оказаться слишком трудно решаемой для кого-то из ведущих.

Нужно сказать, что в группе почти всегда находится один два человека, которые теряются, оказавшись лицом к лицу с группой людей, которых нужно убедить что-либо сделать. Таким участникам сложно начать выполнение упражнения. Важно, чтобы и ведущий и группа оказали незаметную помощь таким игрокам.

Ведущему нужно следить за тем, чтобы никто не оставался за кругом больше одной минуты, так как это может привести к отказу.

Беседа «Пути решения конфликта»

Есть определенные выходы из конфликтной ситуации, так называемые «Пути решения конфликтов»:

- Прежде чем реагировать на действие другого лица необходимо выяснить:

1. Почему данный человек поступил так, а не иначе.
2. Побудить участников конфликта на установление прямого контакта друг с другом, на открытое обсуждение конфликтной ситуации.
3. Создать условия для работы конфликтующим людям, чтобы они длительное время не контактировали друг с другом.

4. Не злоупотреблять официальной властью.

5. Предупреждать и устранять межличностные конфликты (многие конфликты можно избежать, если вовремя остановить, лучший вариант это извиниться).

6. Уметь учитывать интересы друг друга.

7. Воспринимать критику своих коллег.

8. Проявлять вежливость, тактичность, уважение по отношению друг к другу.

9. Дисциплинированность в работе.

Можно обойти конфликт, если ответить улыбкой. Люди с чувством юмора редко конфликтуют, а уж если спорят, то всегда приятно, с шуткой, улыбкой (не с сарказмом, злой иронией, а с доброй, остроумной шуткой).

В конфликте, когда человек переживает сильные отрицательные эмоции, появляются проблемы с их выражением: стресс, повышение голоса, сердцебиение, ускоренное дыхание, побледнение, грубые слова, которые унижают другого.

Есть **два вида утверждений**, которые часто используются во время конфликтной ситуации. Одним из наиболее эффективных средств выражения своих эмоций, есть понимания своих чувств и способность об этом сказать своему сопернику. Такой способ называется «Я – утверждение». Такое утверждение улучшают взаимоотношения, напротив «Ты – утверждение» подрывают их и ведут к углублению конфликта. Используя «я – утверждение» мы концентрируем свое внимание на том, что мы сами думаем или чувствуем в конфликтной ситуации, при этом мы не предъявляем обвинения и не осуждаем других людей. Обычно нас раздражает, а порой и просто выводит из себя, когда другой человек говорит нам фразы типа: «Ты должен...», «Это твоя обязанность...», «С тобой невозможно разговаривать...», «Ты безответственный человек» и т.п.

Эти и подобные высказывания приводят к возникновению барьеров общения, увеличению напряжения. Поэтому очень важно особенно в конфликтной ситуации, отслеживать неконструктивные установки в общении.

Упражнение «Другими словами»

И так, попробуйте перефразировать ряд неконструктивных утверждений в конструктивные. Например, «Ты должен вернуть мне книгу» (Я была бы рада, если бы ты вернул мне книгу).

- «Ты должен заботиться обо мне». («Мне хочется, чтобы ты заботился обо мне»);
- «Ты не должна была ходить на ту вечеринку». («Я бы предпочел, чтобы ты не ходила на вечеринку»);
- «Ты ни разу в жизни для меня ничего не сделала!» («Мне не хватает внимания и заботы с твоей стороны»);
- «Ты должна была предвидеть возможные трудности». («Мне хотелось, чтоб ты предвидела возможные трудности»);
- «Меня заставили». («Я не сумела отказаться»);
- «Он – упрямый осёл». («Я не смог убедить его»);
- «Он меня унизил». («Мне было неприятно»);
- «Прекрати меня злить!» («Я начинаю злиться»);
- «Ты должна мне дать программу, книгу» («Мне хотелось бы, чтоб ты дала мне программу, книгу»);
- «Ты опять на меня кричишь!» (Мне не нравится, когда на меня повышают голос)

- «Когда ты это сделаешь?» (Я буду руда, если у тебя получится правильно распределить время на важные дела)
- «Ты никогда меня не слушаешь!» (Когда я вижу, что ты не слушаешь меня, мне неприятно, ведь я говорю достаточно важные вещи).
- «Что ты все время разговариваешь параллельно со мной?» (Мне сложно говорить, когда кто-то еще разговаривает одновременно со мной).
- «Вечно ты хамишь!» (Когда со мной некорректно разговаривают, я раздражаюсь и не хочу больше общаться. На мой взгляд, ты можешь быть более уважительным по отношению ко мне. В свою очередь постараюсь быть более терпимой).
- «Ты всегда ужасно себя ведешь!» (В данной ситуации меня обижает твое поведение).
- «Ты всегда без спросу берешь журнал со стола!» (Когда с моего стола без спросу берут вещи, в частности журнал, мне неприятно).

Вывод: Успешное решение любой конфликтной ситуации, неизбежно связано со способностью прощать.

Беседа «Умение прощать»

Во всех конфликтных ситуациях каждый человек контролирует исключительно свои действия и не может контролировать действия, реакцию других. Если вы не прощаете своего обидчика, то вредите лишь самому себе. Вы можете принять решение извинить вашего обидчика независимо от того, примет он ваше прощение или нет.

Прощение означает, что вы «отпускаете» свой гнев и не собираетесь мстить.

Избежать конфликт также можно согласием, и ответить на выпад (оскорбление, обвинение) не противостоянием, что только усугубит конфликт, а согласием, при этом, не отступая от своей позиции, например: «Ты никогда не сдерживаешь взятые на себя обязательства!» - «Иногда я выполняю свои обязанности, а иногда мне приходится их нарушать».

Многих конфликтов можно избежать, если вовремя остановиться, так, например, в нашей культуре, для того чтобы не доводить дело до конфликта, принято извиняться. Один человек берет на себя роль виновного и просит извинения, а второй отвечает ему: «Ничего страшного». Англичане поступают еще проще, они не выясняют, кто был виноват, - извиняются обе стороны. Например, если в магазине кто-то нечаянно задел кого-то и попросил извинения: «айм сорри», он услышит в ответ: «айм сорри». Первое «айм сорри» означает: «Простите, что я задел вас», второе «айм сорри» - Простите, что я встал на дороге в тот момент, когда вы проходили». Если же кто-то умышленно задевает другого, потому что у него плохое настроение, он снова услышит в ответ «сорри», что означает: «Извините, конфликта не будет» или «Я очень сожалею, что у вас плохое настроение, но мне совсем не хочется ругаться с вами».

Психологи рекомендуют выработать следующие позиции: извиняться не потому, что сделали что-то не так, а потому, что мы выше конфликтов, которые происходят из-за пустяков, потому что мы уверены в своем поведении. Извиниться или высказать свое сожаление о том, что случилось, и забыть. Сделать все, чтобы избежать конфликта, который нам не нужен. Оставаться в хорошем настроении, потому что умеем держать себя на высоте.

Пословица: «В любом конфликте виноват тот, кто умнее».

Развитие конфликта зачастую напоминает снежный ком. Небрежно брошенная фраза перерастает в ругань с личными оскорблениями, навешиванием ярлыков и т.п.

Это создаёт практически непреодолимые барьеры в общении, которые гораздо легче предотвратить, нежели разрешить конфликт на стадии их возникновения. Но, тем не менее, есть техники, которые позволяют в некоторой степени смягчить напряженность ситуации даже в том случае, когда одна или обе из конфликтующих сторон теряют контроль над собой, над своими эмоциями и словами.

Одна из таких техник состоит в том, чтобы найти в словах партнёра что-то, с чем можно согласиться, и ответить на его выпад (оскорбление, обвинение, приказ) не противостоянием, что только усугубит конфликт, а согласием, при этом, не отступая от своей позиции.

Упражнение «Согласие»

И так, предлагайте варианты согласий на негативные высказывания оппонента:

1. «Ты совсем с ума сошла!» - «Иногда может показаться, что я действую не как обычные люди»;

2. «Ты никогда не сдерживаешь взятые на себя обязательства!» - «Чаще я выполняю свои обязанности, но иногда мне приходится их нарушать»;

3. «Прекрати разговаривать со мной в таком тоне!» - «Бывает, что мой тон кажется обидным для собеседника, но я к этому не стремлюсь»;

4. «На нашей работе по – настоящему работаю только я!» - Да, Вы действительно тратите много времени и сил на работу”.

5. «Своими вещами ты заняла весь шкаф!» - Действительно, у меня столько вещей (с сожалением...).

Сюжетно-ролевая игра «Мельница»

Разыгрываются следующие эпизоды:

- Роль ученика значительно опоздавшего на урок, роль учителя, который делает замечание....

- Роль родителя предъявляемого претензию учителю, который, по его мнению, занижает оценки, роль учителя, который отстаивает свою позицию...

- Роль директора, который отчитывает учителя за не вовремя заполненный электронный журнал, роль учителя, который поступил безответственно...

- Роль продавца, которому нет дела до покупателя, роль покупателя, который спешит, но вынужден купить товар...

- Роль жильца, которого залил сосед сверху, роль соседа сверху.

Итак, **вспомним способы выхода из конфликтных ситуаций:**

- **Соревнование** (конкуренция) — самый распространенный и одновременно самый неэффективный способ решения проблемы, стремиться добиться своего в ущерб другому человеку.

Недостатки: При поражении – неудовлетворенность, при победе - чувство вины, испорченные отношения.

- **Избегание** (уклонение) — уклонение от решения конфликтной ситуации. Желание выиграть время, сохранение покоя, исход не очень важен.

Недостатки: переход конфликта в скрытую форму характеризуется отсутствием внимания, как к своим интересам, так и к интересам партнера.

- **Компромисс** — поиск решений за счет взаимных уступок.

Недостатки: получение только половины ожидаемого, причины конфликта полностью не устранены.

– достижение «половинчатой» выгоды каждой стороны.

- **Приспособление** — игнорирование собственных интересов в пользу других людей, желание сохранить мир.

Недостатки: вы уступили, решение этого вопроса откладывается. Предполагает повышенное внимание к интересам другого человека в ущерб собственным.

- **Сотрудничество** — самый оптимальный способ реагирования на конфликт, при котором учитываются интересы каждой из сторон. Именно при сотрудничестве выигрывают все конфликтующие стороны.

Недостатки: временные и энергетические затраты.

В педагогической практике существует мнение, что наиболее эффективным способом выхода из конфликтной ситуации являются компромисс и сотрудничество. Однако любая из стратегий может оказаться эффективной. Поскольку у каждой есть свои как положительные, так и отрицательные стороны.

Любой конфликт разрешаем, но есть люди, которые не стремятся к сотрудничеству. Невозможно заставить другого человека идти на компромисс, если он этого не хочет. Эффективное решение конфликта может быть только в том случае, если удовлетворены оба участника ситуации.

«Мудрость заключается в том, чтобы уметь изменять то, что изменить можно, уметь смириться с тем, что изменить нельзя, и уметь отличить одно от другого». Если вы не в состоянии изменить ситуацию, значит необходимо поменять отношение к этой ситуации, и тогда, ситуация изменится сама».

В случае конфликта можно пользоваться следующими приемами его разрешения:

• Понимание другого - проявлять эмпатию к собеседнику.

Почему человек ведет себя конфликтно? Причин может быть множество. Но скорее всего он не может справиться с какой-либо ситуацией. Поймите его, помогите ему.

• Внутренняя безмятежность и сохранение достоинства.

Душевно здоровый человек унижен и оскорблен быть не может. «Здесь могут низко поступить, унижить нас они не могут!». Если вы знаете себе цену, с чего вы поверите словам другого? Стремитесь адекватно воспринимать и сознавать конфликт.

• Первому сделать шаг к нормализации отношений.

Ваша ответная агрессия — неконструктивна. Как правило, она вызывает ответную агрессию.

Миролюбие — ваш союзник. Будьте готовы преодолеть свое самолюбие, признать свои ошибки, извиниться, если вы виноваты в какой-то доле. Пока вы считаете виновным другого, он будет защищаться, и видеть виновным только вас. Будьте гибкими.

Не будьте мстительны. Человек, плохой для вас, абсолютно может не являться таковым для других.

• Прибегнуть к мнению третьего, авторитетного лица, которое должно рассмотреть деловую, не эмоциональную сторону конфликта.

Существует формула мудрого поведения в конфликте. (ОПРСТ)

О - открытость ума.

П - положительное отношение.

Р - рациональное мышление.

С - сотрудничество.

Т - терпимость к людям.

«Правила построения эффективного общения»

Основа отношения к нам человека закладывается в первые 15 секунд! Для того чтобы благополучно пройти через «минное поле» этих первых секунд, необходимо применить - **«Правило трех плюсов», чтобы расположить к себе собеседника:**

1. улыбка;

2. имя собеседника №

3. комплимент.

- Для того чтобы люди хотели с нами общаться, мы сами должны демонстрировать свою готовность общаться с ними. И собеседник должен это видеть. Необходима искренняя, доброжелательная улыбка! Имя человека – это самый сладостный и самый важный для него звук на любом языке. Важно использовать имя-отчество при приветствии. Не просто кивнуть или сказать: «Здрась-те!», а «Здравствуйте, Анна Ивановна!».

Во время конфликтов, желая снять их остроту, люди подсознательно начинают чаще использовать имя своего собеседника (прийти к согласию можно значительно быстрее). Потому что часто нам нужно не столько настоять на своем, сколько увидеть, что люди к нам прислушиваются, услышать при этом свое имя. Зачастую имя бывает решающей каплей, чтобы дело обернулось в нашу пользу.

Нужно стараться делать упор на положительные суждения и оценки, помня, что все люди более благосклонно принимают позитивную информацию, а не негативную, которая часто приводит к конфликтным ситуациям. Существенно снижает вероятность возникновения конфликтной ситуации - уважительная манера разговора и умение слушать собеседника.

Заключительная часть

Притча

Однажды солнце и ветер поспорили, кто из них сильнее. Вдруг они увидели путешественника, что шагает по дороге, и решили: кто быстрее снимет его плащ, тот сильнее.

Начался ветер. Он стал дуть, что есть силы, стараясь сорвать плащ с человека. Он задувал ему под воротник, рукава, но у него ничего не выходило. Тогда ветер собрал последние силы и дул на человека сильным порывом, но человек только лучше застегнул плащ, съежился и пошел быстрее.

Тогда за дело взялось солнце. «Смотри, - сказала оно ветру. - Я буду действовать по-иному, ласково». И, действительно, солнце начало нежно пригревать путешественнику спину, руки. Человек расслабился и подставил солнцу свое лицо. Он расстегнул плащ, а потом, когда ему стало жарко, то и совсем его снял.

Так солнце, победило, действуя по-доброму, с любовью.

Обсуждение.

Что нового вы для себя узнали? Что было полезного? Пожелания друг другу.

Уважаемые педагоги, жизнь не прожить без конфликтов, но разумный, культурный человек всегда сможет эффективно уладить споры и разногласия, гибко используя различные стратегии: в одних случаях жестко настоит на своем, в других – уступит, в третьих – найдет компромисс. Самое главное, чтобы обе стороны желали разрешения конфликта.

Спасибо за работу, всего хорошего!

Семинар-практикум с элементами тренинга для педагогов «Профилактика жестокого обращения с детьми»

Ход семинара-практикума

Приветствие. Введение в тему

Демонстрация социального ролика о защите детей (1 мин.)

[Права ребенка на примере мультиков. - поиск Яндекса по видео \(yandex.ru\)](#)

Уважаемые коллеги, тема нашего семинара: «Профилактика жестокого обращения с детьми».

В связи с участвовавшими случаями жестокого обращения, насилия над детьми (родителями, сотрудниками образовательных учреждений) — это одно из самых тяжелых преступлений, но, к сожалению, довольно распространенное, а особенно в неблагополучных семьях.

Жестокое обращение с детьми ведет к разнообразным последствиям, но их всех объединяет одно – *ущерб здоровью ребенка или опасность для его жизни.*

Цель: профилактика жестокого обращения с несовершеннолетними.

Задачи:

- повысить профессиональное мастерство педагогов по проблеме организации работы по правовому воспитанию детей в учреждении общего образования;
- формировать способность в рамках ограниченного времени обмениваться опытом работы, используя полученные знания по данной проблеме;
- выработка алгоритма действий педагога в ситуации наличия признаков или факта жестокого обращения с ребенком.
- помочь педагогу правильно выходить из конфликтных ситуаций и научить контролировать свои эмоции.

Упражнение «Ассоциации»

Так как мы работаем с детьми, предлагаю вместе завершить фразу «Ребёнок это...».

Уважаемые коллеги, Вы пришли работать педагогами, понимая, какой это труд. И, наверно будет правильным, если я возьму на себя смелость и скажу Вам огромное спасибо от лица родителей, детей и руководства (на Вас возложена огромная ответственность, на Вас держится наша страна - Вы обучаете и воспитываете ее будущее, пока родители поднимают экономику страны). Ваше решение быть учителем, наставником, другом для тысяч детей заслуживает большого уважения, ведь Вам

доверяют самое ценное, что есть в этом мире - ребенка и его душу. Вы же отдаете детям самое ценное, что есть в Вашей жизни - любовь, заботу и время. Уж поверьте, в вашей жизни не будет вопроса в старости, подводя ее итоги «Что в этой жизни я сделал хорошего». Вас будут вспоминать дети через 10-20 лет, и даже став взрослыми, через 30-50 лет эти люди вспомнят своего учителя. И я очень хочу, чтобы эти дети вспоминали о Вас с теплом и любовью. Я хочу, чтобы вы не потеряли себя в этой сложной профессии, не впадали в отчаяние и депрессию. Из каждой ситуации есть выход и если Вы захотите и поможете мне, то мы вместе будем эти выходы искать. Сразу хочу дать понять, что я ни в коем случае не собираюсь Вас учить, я здесь, чтобы помочь найти баланс. Ведь работа с детьми, родителями и администрацией очень сложная - это работа с людьми. Мне важно, чтобы Вы научились мне доверять и позволили помогать, когда это необходимо. Ну, и чтобы не было недосказанности, скажу, что не смогу закрывать глаза на жестокость, в сфере образования ее быть не должно. Поэтому, если я буду подходить к Вам и разбирать ситуацию, прошу относиться с пониманием. Ведь я это буду делать не для того, чтобы Вас наказать, а для того, чтобы сделать Вашу и свою работу более комфортной.

А теперь вернемся к теме семинара.

Основная часть

Информационный блок

Ребёнок приходит в мир беспомощным и беззащитным. Его жизнь полностью зависит от взрослых. Но, очень часто, взрослые бывают жестоки, забывая, что и они когда-то были детьми.

Что вы понимаете под словом «насилие»? *(ответы педагогов)*

Существует классификация насильственных действий *(Давайте попробуем их перечислить?)*

Выделяют следующие виды насилия в отношении несовершеннолетних:

Физическое – прямое или косвенное воздействие на жертву с целью причинения физического вреда, которое может проявляться в виде шлепков, нанесения ссадин, укусов, сотрясений, царапин, ударов, ожогов, удушья, грубых хватаний, отбрасывания в сторону или на пол, бросание предметов в жертву и различные телесные повреждения от родителей, других взрослых или детей. Также это могут быть не опасные для жизни, но унижительные действия — «опущения».

Сексуальное – любые развратные действия, склонение к половому контакту, изнасилование. Любое сексуальное действие по отношению к ребенку: прикосновения к гениталиям, эротические поцелуи, требование от ребенка этих действий, половой акт. Сюда же относятся наблюдения за действиями сексуального характера, показывание детям порнографии и привлечение их к таким съемкам, привлечение к проституции и др.

Психологическое или эмоциональное – унижения, оскорбления, угрозы, социальная изоляция, шантаж и т.д.

Пренебрежение нуждами — когда игнорируются жизненные потребности ребенка (не, кормят, не одевают, запирают в доме, не играют, не покупают игрушек, не разговаривают, не следят за чистотой и т. п.). При этом необходимо отметить, что от пренебрежения нуждами по статистике умирает больше детей, чем от прямой агрессии.

Эмоциональное насилие — это когда ребенка оскорбляют словами, сюда же относятся обвинения, угрозы, издевательства и высмеивания, а также отсутствие эмоционального тепла, перекалывание на ребенка ответственности за то, в чем он не виноват. Например, кровные родители внушают ребенку, что его отдали в детский дом за то, что он не слушался; сюда же относятся угрозы самоубийства — с целью контроля над поведением ребенка; конфликты между педагогами и родителями; вопросы типа «кого ты больше любишь, — папу или маму?»).

Уголовная ответственность

Конституция Российской Федерации устанавливает, что материнство и детство, семья находятся под защитой государства. Определенную роль в этом играет уголовно-правовая защита ребенка от различных форм насилия.

Уголовным кодексом РФ предусмотрена ответственность за преступления против здоровья и жизни несовершеннолетних.

- Например, ст. 117 УК РФ определяет наказание за истязание несовершеннолетнего – систематическое причинение ему физических или психических страданий, побоев, не приносящих вреда здоровью. Кроме этого, любое противоправное действие по отношению к малолетнему лицу (ребенку до 14 лет) относится к отягчающим обстоятельствам, увеличивающим срок наказания за любое преступление.

- Особой формой насилия по УК РФ является оставление в опасности малолетнего лица.

- Отдельная группа норм уголовного законодательства регулирует санкции за сексуальное насилие над детьми, к нему относится не только изнасилование, но и совершение разного рода развратных действий – демонстрация половых органов, порнографической литературы, непристойные прикосновения и т.д.

- К преступлениям против несовершеннолетних относят также принуждение к антиобщественным действиям – склонение к употреблению наркотиков и алкоголя, бродяжничеству, проституции, попрошайничеству (ст. 151 УК РФ).

Однако в УК РФ не предусмотрена ответственность за психологическое насилие, хотя ребенок страдает от его проявлений не менее тяжело, чем от физических действий. В рамках ст. 110 вводится ответственность за доведение до самоубийства и определяется роль оскорблений и угроз, как криминогенного фактора. Но наказание за эти действия наступает только в случае развития трагических событий – попытки ребенка свести счеты с жизнью или самоубийства. В тоже время любое психологическое давление на ребенка со стороны взрослых сказывается на его развитии и самочувствии.

Поведение ребенка и эмоции являются отражением того, что с ним происходит.

Поэтому, обратив внимание поведение ребенка, на то, как он реагирует в ситуациях общения со сверстниками и взрослыми, мы можем увидеть ряд особенностей или признаков, которые могут косвенно указывать на факты жестокого обращения.

Можно выделить несколько явных **признаков жестокого обращения** с детьми, при наличии которых необходимо незамедлительно проинформировать правоохранительные органы:

- следы побоев, истязаний, другого физического воздействия (за совершение таких действий установлена уголовная ответственность, предусмотренная статьями главы 16 следы сексуального насилия (ответственность за эти действия предусмотрена главой 18 Уголовного кодекса РФ «Преступления против половой неприкосновенности и половой свободы личности»);

- запущенное состояние детей (педикулез, дистрофия и т.д.);

- отсутствие нормальных условий существования ребенка: антисанитарное состояние жилья, несоблюдение элементарных правил гигиены, отсутствие в доме спальных мест, постельных принадлежностей, одежды, пищи и иных предметов, соответствующих возрастным потребностям детей и необходимых для ухода за ними (см. ст. 156 УК РФ «Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего»);

- систематическое пьянство родителей, драки в присутствии ребенка, лишение его сна, ребенка выгоняют из дома и др.

Если сотрудникам образовательного учреждения становится известен хотя бы один из перечисленных признаков, им следует направить служебную записку руководителю образовательного учреждения о выявленном случае жестокого обращения с ребенком. Руководитель образовательного учреждения немедленно сообщает об этом по телефону (а затем в течение одного дня направляет письменную информацию) в органы опеки и попечительства для проведения обследования условий жизни и воспитания ребенка.

Специалист по охране прав детства совместно со специалистом образовательного учреждения, сотрудником органов внутренних дел (при необходимости) незамедлительно проводят обследование условий жизни и воспитания ребенка, по результатам которого составляется акт обследования.

По итогам проведенных мероприятий руководитель образовательного учреждения направляет в правоохранительные органы информацию о происшедшем, зафиксировав номер исходящего сообщения, приложив акт обследования условий жизни и воспитания ребенка, оставив копии сообщений и прилагаемых материалов в документах по делопроизводству. Соответствующая информация может быть направлена в органы внутренних дел либо в органы прокуратуры. Здесь не стоит бояться ошибиться — в любом случае заявление будет передано по подведомственности, и на него правоохранительные органы должны отреагировать в обязательном порядке.

Руководитель образовательного учреждения направляет информацию о выявлении признаков жестокого обращения с ребенком в комиссию по делам несовершеннолетних, зафиксировав номер исходящего сообщения, оставив копии сообщений и прилагаемых материалов в документах по делопроизводству.

Упражнение «Ассамблея сказочных героев и нарушение их прав»

А сейчас уважаемые педагоги, предлагаем вам на примере сказочных героев проследить и проанализировать о возможных нарушениях прав детей.

- какие литературные герои могли бы пожаловаться, что нарушено их право на неприкосновенность жилища?

«Поросята из сказки - «Три поросенка» Зайчик из сказки - «Заюшкина избушка»; «Зимовье зверей»;

- в каких сказках нарушалось право на жизнь и свободу героев?

«Гуси-лебеди», «Маша и медведь», «Волк и семеро козлят», «Колобок», «Красная шапочка», «Дюймовочка»;

- в какой сказке обижают, неволят, применяют физическое наказание?

«Карabas – Барабас»;

- в какой сказке похищают ребёнка?

«Снежная Королева» «Гуси-лебеди»;

- какие права Золушки нарушали ее мачеха и сестры?

(жестокое обращение, право на досуг и отдых, уровень жизни, необходимый для поддержания здоровья);

- какой сказке главный герой отказался воспользоваться своим правом на получение образования?

«Золотой ключик, или Приключения Буратино».

Уже тогда писатели поднимали проблему нарушения прав ребенка. И таким образом, они пытались проводить правовое воспитание через сказки.

У детей, которые хронически подвергаются жестокому обращению, формируются 2 крайности: страхи тревожность и агрессивность.

«Причины агрессивного поведения ребёнка в общении с взрослым и сверстниками»

Ребенок проявляет агрессию:

- 1) Отвечая на полученную обиду или унижение.
- 2) Если кто-то нарушает его личностные границы, отбирает у него личные вещи, разрушает ценные постройки.
- 3) Когда он устал, болен или напуган.
- 4) Если на него мало обращают внимания, игнорируют.
- 5) Когда взрослые не понимают и не удовлетворяют его потребности.
- 6) Когда ребёнок не может объяснить то, чего он хочет.
- 7) Когда ребёнок не чувствует, что с ним советуются, что его мнение что-то значит, в ответ на «приказы» взрослых.
- 8) В случаях, если ребёнку довелось пережить какое-то травматическое событие: горе, нападение, перемену жительства, потерю стабильности, сильный страх, насилие, стресс.

Куда можно обратиться в случае насилия над ребенком?

В случае насильственных действий в отношении несовершеннолетних можно обратиться за помощью в ряд организаций, каждая из которых обладает своими полномочиями в данной области:

- Комиссия по делам несовершеннолетних – орган, обязанность которого – защита несовершеннолетних от всех форм насилия, выявление фактов жестокого обращения и социальная реабилитация детей. Обращаться в эту организацию за помощью можно, если стало известно о том, что ребенок не получает нужного материального содержания, живет в антисанитарных условиях, лишен родительского надзора.

- Органы опеки и попечительства – орган, уполномоченный проверять условия жизни детей в семье, представлять их интересы в судебной инстанции, заявлять иски в суд о лишении, либо ограничении родительских прав. Помимо этого, орган ведет профилактическую работу, а также занимается выявлением неблагополучных семей.

- Уполномоченный по правам ребенка – обеспечивает защиту прав детей и их восстановление, содействуют в выявлении и расследовании нарушений прав ребенка. Главная функция – независимый контроль над деятельностью государственных органов, обеспечивающих соблюдение интересов детей.

- Прокуратура – занимается защитой прав ребенка в суде, предъявлением требований о восстановлении прав несовершеннолетних к органам опеки и попечительства и другим компетентным органам, может подавать иски в суд о лишении родительских прав.

Насильственные действия в отношении несовершеннолетних обязательно должны пресекаться, а пострадавшие от таких действий дети нуждаются в длительной реабилитации, которая необходима им для того, чтобы без последствий пережить полученную травму.

Насилие по отношению к ребёнку – опасная как для него, так и для участников ситуация, независимо от занимаемой позиции участников. Последствия пережитого насилия сказывается на протяжении всей жизни, как ребёнка, так и других участников ситуации.

Давайте рассмотрим, три позиции, в которых может оказаться педагог в общении с ребёнком: жертва, свидетель, агрессор. Наша основная задача выработать алгоритм взаимодействия с ребёнком. Рассмотрим методы оказания психолого-педагогической помощи ребёнку.

Первая позиция, когда педагог выступает в роли жертвы. Казалось бы, как такое возможно, взрослый, который является образцом и носителем норм, правил становится жертвой агрессивного поведения детей. Встречались ли вам подобные ситуации?

Обсуждение ситуации «педагог в роли жертвы агрессивного поведения ребёнка».

Предлагаю обсудить: как может поступить педагог в подобной ситуации?

- Первый вариант: самый простой – ответить агрессией на агрессию.

Как вы думаете, почему так происходит? Какой будет результат, изменит ли ребёнок свое поведение сейчас? Какой вывод он сделает из ситуации?

Если педагог выбирает первый вариант, то ребёнок получает подтверждение своей модели поведения – любую проблему можно решить силой, если кричать, бить, ругать, то можно получить то, что хочешь, и самое главное это работает.

- Второй вариант: выступить в роли родителя – осудить, прочитать нотацию, запретить, ввести ограничения.

Причина – вполне понятна, педагог воспитывает, он должен объяснить, как правильно себя вести, указать на нарушение, обозначить правила поведения и общения. Всегда ли это работает? Особенно с ребёнком, который привык вести себя агрессивно с взрослым? Чему в данной ситуации учиться ребёнок, что он чувствует?

Выбирая второй вариант, педагог с одной стороны реализует свою профессиональную функцию. Но здесь важно понимать: с помощью, каких средств и методов, и что в данной ситуации видит и понимает ребёнок. А видит он, что его воспитывают, говорят как правильно, в тоже время, его чувства и эмоции отходят на второй план.

- Третий вариант: постараться понять, принять, и помочь справиться с собственной агрессией, так как это реакция ребёнка, модель поведения, которую необходимо менять.

Важно понимать, что в непосредственной ситуации общения, когда ребёнок ведет себя агрессивно, грубит, нужны конкретные шаги и действия, чтобы направить эту агрессию в сторону или снизить эмоциональный накал.

Упражнение «Мозговой штурм»

Предлагаю провести «мозговой штурм» на тему – почему ребёнок может вести себя агрессивно, непосредственно в ситуации общения. Участники предлагают аргументированные ответы, возможно обсуждение.

Как мы можем помочь ребенку закрепить положительный результат?

«Направления помощи ребёнку»

Как мы можем помочь ребёнку?

Дневник наблюдений – понять механизм запуска агрессии;

Создание условий, когда ребёнок будет уверен, что его принимают хорошим - создание базы положительного самопредъявления, ситуация успеха, знаки внимания, важные дела, внешние стимулы подсказки.

Система поощрений, положительных подкреплений – формирование и подкрепление мотивации к положительным изменениям.

Какие у вас есть идеи поощрения детей? (*ответы педагогов*)

Прием «похвала» - хвалить детей, хвалить поступки, хвалить за стремление и

Прием «положительное внимание» - обнять, погладить, прижать к себе, улыбнуться, Ласка направлена на проявление нежности, обратить внимание. Когда ребёнок занят полезным делом, нашел себе занятие.

Прием «дополнительное время совместных игр, занятий, развлечений» - детям предлагаю выполнить поручение, а последнего перелажается интересная игра или занятие, которое детям очень нравится.

Прием «Экран достижений» - в классе можно сделать панно, где педагог, или сами дети отмечают своих заслуги и достижения.

Готовность к возникновению ситуации- не воспитывать и критиковать, а помочь справиться с эмоциями – помнить, что ваши реакции, слова действия служат для ребёнка примером того, как необходимо вести в ситуации агрессии, если вы будете заражаться отрицательными эмоциями и вступать на тропу войны, то поведение ребёнка не изменится. (активное слушание, я-сообщения);

Обсуждение ситуации «педагог в роли свидетеля жестокого поведения по отношению к ребёнку»

Здесь можно выделить два варианта – педагог наблюдает в поведении ребёнка признаки, которые указывают на факты жестокого обращения, или педагог непосредственно является свидетелем факта жёсткого обращения с ребёнком.

Обсуждение ситуации «педагог в роли агрессора по отношению к ребёнку»

Все мы живые люди и испытываем чувства и эмоции, и не всегда это радость и удовольствие. Бывают периоды, когда нас охватывает раздражение, досада, злость и гнев. В такие минуты речь не идет о воспитании и обучении детей. В такие минуты мы стараемся

Профессия педагога является одной из самых стрессогенных: огромная ответственность за жизнь и здоровье детей, большое количество образовательных задач, высокие стандарты к качеству предоставляемых образовательных услуг, аС

Иногда оплодотворить этого человека можно, но это не всегда приводит к успеху. Иногда педагог

ситуация, состояние здоровья, профессиональное или эмоциональное выгорание и тогда стоит обращаться к специалистам.

Однако бывают ситуации, которые не связаны с вышеперечисленными факторами, а лежат в плоскости отношения отдельных детей и педагога. Например, расхождение темпераментов, непринятие качеств отдельных детей. И здесь важно обладать средствами самопомощи в острых ситуациях.

Есть замечательная поговорка – «Раздраженный педагог не обучает, а раздражает» Я вам предлагаю общий алгоритм выхода из подобной ситуации.

Алгоритм самопомощи

Первый шаг - проанализировать ситуации, в которых вас охватывают отрицательные чувства. Самой универсальной формой является дневник самонаблюдений, где вы будете фиксировать ситуации, характер взаимодействия с детьми и ваши эмоции и чувства. В дневнике так же желательно отразить, что конкурентно в поведении детей вас раздражает, злит, прописать все это словами.

Дата	Ситуация	Поведение ребёнка	Мои чувства

Вторым шагом будет – анализ переживаемых вами чувств. Если это раздражение – скорее всего дети хотят внимания, но не умеют получать его социально приемлемыми способами. Если это гнев – то, это может быть протест, борьба за самостоятельность, отстаивание своих прав. Если вы обижаетесь – то, это может быть месть. В зависимости от испытываемых вами чувств, вы можете найти способы помощи ребёнку в удовлетворении его актуальных личностных потребностей.

В работе над состоянием гнева или раздражения, есть одна важная закономерность – вы можете изменить ситуацию до того, как вы «взорвались», в самой острой фазе вы просто реагируете (срываетесь, кричите). Поэтому, так важно знать и понимать в каких ситуациях вас охватывают сильные отрицательные чувства.

Третьим шагом – будет выбор средств переключения, когда вы почувствуете первые «волны» отрицательных чувств. Самым действенным способом будет - проговаривание своих чувств: «я чувствую, как я раздражаюсь (злюсь), когда вижу ..., когда мне говорят ..., когда меня не слышат с 3 раза ...». Здесь есть 2 варианта – эти слова можно проговорить вслух, с целью обратить внимание ребёнка и показать ему, как правильно управлять своими чувствами, или проговорить про себя. После того, как вы проговорили свои чувства, необходимо выполнить действия для переключения внимания – физическое упражнение, дыхательная техника, визуализация, счет про себя.

Четвертый шаг – выстроить для себя схему: ситуация взаимодействия - поведение детей – испытываемые вами чувства – приемы самопомощи-практика.

Возьмите листочки, и каждый для себя выберите ситуацию, когда вы испытываете сильные отрицательные чувства и напишите:

- Когда это происходит?
- Почему это происходит?

- Какое чувство вас охватывает?
- Что вы говорите, как вы поступаете?
- Затем запишите словами – я злюсь, когда ..., я хочу...
- Затем запишите, что вы можете сделать, чтобы переключиться, успокоиться.

Физические упражнения: взмахи руками, приседания сильно сжать и разжать кулаки, потереть ладони.

Дыхательные техники: 3 глубоких вдоха и выдоха, когда вдох короче, чем выдох; вдох через одну ноздрю выдох через другую.

Включить в голове приятную картинку – образ, который вас согревает и успокаивает или проговорить важную для вас фразу.

Обсуждение, обмен мнениями.

Упражнение в группе «Как проявляются травмы прошлого»

Цели: показать, что проблема или травма прошлого может проявляться в поведении и реакциях ребенка непонятным, неожиданным образом. Показать, какие чувства может испытывать взрослый, сталкиваясь с таким поведением.

Из числа участников необходимо три пары добровольцев. В каждой из пар один участник — «ребенок», другой — «педагог».

«Дети» отводятся в сторону и получают установку, как вести себя во время упражнения.

Первому: «У тебя в кулаках зажато нечто очень важное, очень ценное, а может, наоборот, постыдное, что ты никому и никогда не хочешь показывать. Что бы ни происходило, не разжимай кулаков. Для тебя это важнее всего остального».

Второму: «Когда-то в твоей жизни случилось что-то страшное, ужасное, что связано для тебя со словом «три». Если услышишь это слово — значит, тебе грозит опасность, нужно скорее сесть на пол и закрыть голову руками».

Третьему: «Не позволяй никому прикасаться к тебе и даже протягивать руки. Ты знаешь, что ничем хорошим это не кончится, поэтому при первой же попытке отбей охоту продолжать: оттолкни, обругай».

Приглашаются в круг первый «педагог» и «ребенок». «Педагогу» задание: *«Попросите ребенка похлопать в ладоши, покажите ему, как это здорово, похлопайте вместе!»*.

Дайте участникам некоторое время на развитие событий и остановите игру в тот момент, когда недоумение или раздражение будет максимальным.

Второй «педагог» и «ребенок». «Педагогу» задание: *«Научите ребенка считать до пяти»*. Дайте участникам некоторое время на развитие событий и остановите игру в тот момент, когда недоумение или раздражение станет максимальным

Приглашаем в круг третьего «педагога» и «ребенка», и даем «педагогу» задание: *«Вы беседуете с детьми и вдруг заметили, что один ребенок неаккуратно повязал шарф, все горло открыто. Поправьте шарф»*.

Дайте участникам некоторое время на развитие событий и остановите игру в том момент, когда недоумение или раздражение «воспитателя» будет максимальным.

Попросите «педагогов» поделиться своими чувствами. Что они испытывали, когда пытались поиграть с ребенком, научить его чему-то, проявить заботу, а получили неадекватную реакцию? Спросите остальных участников группы: что, по их мнению, происходило? Почему дети так странно вели себя?

Предложите «детям» рассказать, какие установки ими были получены. Попросите их рассказать о чувствах, которые они испытывали, когда «воспитатели» проявляли непонимание и настойчивость.

Предложите группе обсудить вопрос: «В наших ситуациях попытка «педагогов» помочь детям, сделать для них что-то хорошее потерпела фиаско. Можно ли сказать, что кто-то из участников — «педагог» или «ребенок» — в этом виноват? Что является истинной причиной?».

Обратите внимание участников на то, что *ребенок, переживший насилие настороженно относится к любым контактам со взрослыми. Он старается избегать таких контактов, по-своему трактует любые, на ваш взгляд, безобидные действия, жесты или слова.* Обсуждение в большой группе.

Последствия детских травм могут быть очень длительными и серьезными, но это не приговор на всю жизнь. С чем-то помогут справиться специалисты, что-то ребенок преодолет сам, набравшись сил и получив поддержку. Важно помнить, что, каковы бы ни были обстоятельства, любой ребенок внутренне стремится расти, развиваться, быть здоровым и счастливым. Если он попадет в благоприятные условия, почувствует себя в безопасности, получит тактичную, терпеливую поддержку, он обязательно использует эту возможность для преодоления своих проблем.

Упражнение «Ярлыки»

Приглашаются 4 желающих участников, им на спину приклеивают ярлыки («Неряха», «Никудышная», «Бестолковая», «Лентяйка»)

Потом каждому участнику по очереди предлагают пройти мимо всех участников тренинга. Все участники тренинга называют его обидными словами в соответствии с ярлыком. Участнику предлагается отследить свои чувства, переживания, эмоции. Когда пройдут все четыре участника, проводится обсуждение. Далее реабилитация участников (наоборот хвалят).

Вывод: недопустимо вешать на ребенка ярлыки. Можно оценить поступок ребенка, но ни в коем случае нельзя оценивать самого.

Заключительная часть

Рефлексия

Уважаемые коллеги, мы завершили ход нашего семинара и отметили для себя, что выбранная тема была для вас интересна и актуальна. И прошу вас дать характеристику прошедшего семинара с помощью трилистника. Раскрасьте один из лепестков трилистника, выбрав цвет соответствующий вашему отношению к прошедшему семинару:

- Зеленый - Я узнал много нового и буду обязательно это использовать;
- Розовый - Я это знал, но мне это было интересно;
- Голубой - Я не всё понял, но я доволен.

Раздел 3. Коррекционная работа

В разделе представлена коррекционная работа с участниками образовательных отношений. Коррекционная работа с детьми включает 3 индивидуальных и 8 групповых занятий; с родителями – 4 индивидуальных и одно групповое занятие; с педагогами – 4 групповых занятия.

Как правило, коррекционную работу с несовершеннолетними, пострадавшими от жестокого обращения и преступных посягательств проводит педагог-психолог, который осуществляет индивидуальное консультирование ребенка, его одноклассников, родителей и педагогов; разрабатывает и проводит индивидуальные и групповые психокоррекционные программы для ребенка и его социального окружения.

Психологическое консультирование широко используется в работе с детьми, пережившими насилие. Как правило, оно включает [1]:

1. Определение проблемы. С помощью активного слушания важно услышать три момента: 1) в чем состоит проблема, которая не разрешена; 2) что чувствует ребенок в отношении этой проблемы; 3) чего ребенок ждет от специалиста. Для прояснения этих моментов психолог может взять на себя роль ученика и предложить ребенку стать в позицию учителя: как известно, люди лучше всего учатся, когда сами учат других.

2. Уточнение ожиданий ребенка. Психологу необходимо объяснить ребенку, каким его ожиданиям он может соответствовать. При необходимости психолог может предложить другие варианты получения желаемой ребенком помощи.

3. Уточнение шагов, которые уже были сделаны для решения проблемы. Если вместе с ребенком записать на бумаге перечень поступков, которые он совершал, чтобы решить свою проблему, какие из них были полезными, а какие бесполезными или даже разрушающими, ребенок наглядно увидит, какую цену он платит за свое деструктивное поведение, его мотивация к поиску более продуктивных действий повысится.

4. Поиск новых путей решения проблемы. Можно методом мозгового штурма придумать как можно больше новых путей решения проблемы. Далее психолог предлагает ребенку оценить каждую альтернативу в свете ожидаемого успеха.

5. Заключение договоренности с ребенком о претворении одной из идей решения проблемы в действие. Важно, чтобы поставленные цели были реалистичны, и особенно важно, чтобы ребенок знал: результаты он обязательно будет обсуждать вместе с психологом. Если что-то не получается, то специалист помогает ребенку найти другие пути выхода из ситуации до тех пор, пока ситуация не разрешится.

6. Завершение сессии. Можно попросить ребенка подытожить, что же происходило во время их встречи: например, к каким важным идеям они пришли, какие планы на будущее составили. Обычно обобщение занимает от двух до четырех минут. Также в начале каждой последующей сессии рекомендуется просить ребенка вспомнить, что происходило на предыдущей. Это позволяет, во-первых, обучить ребенка уделять внимание процессу консультирования; во-вторых, психологу проверить собственную эффективность.

Коррекционные занятия с детьми, пострадавшими от жестокого обращения и преступных посягательств

Цель: формирование и осознание внутренних ресурсов личности.

Форма работы: сочетание групповых и индивидуальных занятий.

Каждое занятие состоит из трех частей:

1. Вводная часть (приветствие и настрой на работу);
2. Основная часть. (адаптированные телесно-ориентированные упражнения и дыхательные техники, арттерапии, песочной терапии, сказкотерапии);
3. Итоговая часть (рефлексия).

Занятие 1

Вводное занятие. Знакомство, диагностика

Цель: Знакомство участников с программой.

Задачи: введение правил группы, создание доверительной атмосферы, создание условий для развития навыка саморегуляции.

Форма проведения: групповая

Инструментарий: альбом «Мои ресурсы» (12 листов). Клей, цветные карандаши, простой карандаш, ручка, ластик. Бланк «Настроение» (*Приложение 1*), Протокол наблюдения специалиста (*Приложение 2*), бланк «Титульный лист» (*Приложение 3*), папка с тремя файлами.

Ход занятия

Вводная часть

Приветственное слово специалиста. Психолог организует работу группы, создает доверительную атмосферу.

Ведущий рассказывает о том, что это за группа, для чего она нужна, на сколько встреч рассчитана, ожидаемые результаты.

Упражнение «Приветствие»

По кругу каждый участник группы называет свое имя, начиная свою фразу словами «Привет, я...(имя)». Группа отвечает «Привет, ... (имя)».

Подводя итоги вступительной беседы, педагог-психолог просит участников закрасить первый овал в бланке «Настроение», тем цветом, который отображает его настроение на данный момент.

Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто»

Выбирается один водящий, который встает, его стул убирается. Остальные остаются сидеть на стульях. Таким образом, стульев на один меньше, чем участников. Водящий говорит фразу «Поменяйтесь местами те, кто...» и называет характеристику. Все, кому подходит эта характеристика меняются местами. Кому не хватило места, становится водящим. Нельзя пересаживаться на соседний стул.

Правила группы (Приложение 9)

Обсуждение правил, почему именно такие правила выбраны, для чего вообще нужны правила.

Основная часть

Упражнение «Титульный лист»

Педагог-психолог предлагает участникам заранее подготовленный шаблон на листе формата А4, на котором просит нарисовать или описать себя в свободной форме. Разъясняет участникам, что они сейчас заполняют титульный лист, который будет отражать их внутренний мир и индивидуальность. На протяжении всех запланированных встреч с педагогом-психологом ребенок, исходя из своего самоощущения, может вносить изменения в титульный лист. Педагог-психолог показывает ребенку папку с тремя пустыми файлами. В первый файл предлагает вложить заполненный ребенком титульный лист. Второй файл для альбома «Мои ресурсы», в котором ребенок будет работать. Третий файл для протокола педагога-психолога, который заполняется на каждой встрече.

Упражнение «Ритуал приветствия и окончания занятия»

Участники делятся на подгруппы и придумывают несколько вариантов, начала и окончания каждого занятия. Выбирается общий вариант.

Заключительный этап

Специалист беседует с группой о том, что нового они для себя открыли и осознали на данном занятии, подкрепляет позитивной поддержкой выводы. Подводя итоги вступительной беседы, педагог-психолог просит участников закрасить второй овал в бланке «Настроение», тем цветом, который отображает его настроение на данный момент

Обратная связь.

Рефлексия состояния «Здесь и теперь».

Ритуал окончания занятия: используется тот ритуал, который придумали ребята. Он будет повторяться в конце каждого занятия.

Домашнее задание:

Подумать и записать ответ на вопрос «кто я?»

Занятие 2

«Личное пространство»

Цель: Актуализация самоощущения.

Задачи: расширение представления о себе, развитие рефлексивности.

Форма работы: групповая

Инструментарий: альбом «Мои ресурсы» (12 листов). Клей, цветные карандаши, простой карандаш, ручка, ластик. Бланк «Настроение» (Приложение 1), Протокол наблюдения специалиста (Приложение 2), бланк «Все обо мне» (Приложение 4), папка с файлами.

Вводная часть

Приветствие. Беседа и обсуждение с группой о чувствах, мыслях и эмоциях, что изменилось с момента первой встречи. Заполнение бланка «Настроение».

Основная часть

Упражнение «Я и как меня видят другие, в прошлом, сейчас и в будущем»

Педагог-психолог сгибает бланк «Все обо мне» по вертикали пополам, таким образом, чтобы на лицевой стороне отображалось «Я» в трех временах. Важно, чтобы ребенок при заполнении второй стороны, не ориентировался на первую. Ребенку предлагается заполнить бланк: нарисовать или написать в нем, как он видит себя в прошлом, потом — в настоящем и в будущем. После выполнения данного задания педагог-психолог беседует с ребенком и помогает ему актуализировать самоощущение и увидеть себя «глазами» других людей. Возможна актуализация ребенком изменения запроса для работы с педагогом-психологом. Данный бланк специалист предлагает ребенку вклеить или вложить в альбом.

Упражнение «Атомы и молекулы»

Сначала участников группы просят закрыть глаза и представить, что каждый человек – маленький атом, а атомы, как известно, способны соединяться и образовывать молекулы, которые представляют собой достаточно устойчивые соединения. Далее следуют слова ведущего: «Сейчас вы откроете глаза и начнете беспорядочное движение в пространстве. По моему сигналу (вид сигнала оговаривается) вы объединитесь в молекулы, число атомов в которых я также назову. Когда будете готовы, откройте глаза». Участники начинают свободное перемещение в пространстве и, услышав сигнал ведущего, объединяются в молекулы по 2, 3, 4, и т.д. атомов. Подвигавшись некоторое время цельным соединением, молекулы вновь распадаются на отдельные атомы. Затем ведущий снова дает сигнал, и участники снова объединяются и т.п. В круге проводится обсуждение, что понравилось в упражнении и что не понравилось.

Упражнение «Мои границы» (выполняется индивидуально и по желанию)

Педагог-психолог задает вопросы: что вы знаете о своем теле? Есть у него границы? Какие? Участники предлагают свои варианты. В ходе беседы педагог-психолог расширяет знания подростков, рассказывая о границах, и предлагает выполнить упражнение «Мои границы».

Специалист просит встать участника напротив педагога-психолога на расстоянии не менее пяти метров. Расслабиться (глаза открыты, руки вдоль тела, ноги на ширине плеч). Предупреждает подростка, что будет подходить к нему как «чужой» человек. Когда он почувствует себя некомфортно, должен остановить специалиста. После этого повторяется этот этап, специалист подходит как «близкий и значимый» для него человек. Педагог-психолог фиксирует расстояние в протоколе занятия. Далее идет усложнение выполнения упражнения. Педагог-психолог просит подростка развернуться и предупреждает, что будет подходить к нему со спины, как только ему станет некомфортно, он должен остановить специалиста (первый раз подходит как «чужой», второй раз как «близкий и значимый» человек). Педагог-психолог так же фиксирует расстояние в протоколе. Далее просит подростка развернуться лицом, закрыть глаза и представить, что специалист «близкий и значимый» для него человек и так же остановить педагога-психолога, когда почувствует себя дискомфортно. Затем специалист подходит как «чужой человек». После этого повторяется данная схема подходов, но со стороны спины ребенка, при условии, что его глаза закрыты. Педагог-психолог фиксирует

расстояние в протоколе.

После выполнения данного упражнения совместно обсуждаются границы, которые зафиксировал педагог-психолог. Актуализируется осознание подростком отличий границ, определяется «личное пространство». Проговариваются возможные варианты границ родных и знакомых.

Заключительный этап

Рефлексия

Педагог-психолог проводит беседу, в ходе которой уточняет, что чувствует каждый участник в данный момент, какие мысли есть у него сейчас, как он ощущает свое тело. Изменилось ли его состояние по сравнению с началом занятия, если изменилось, то как. Подводя итог занятия, педагог-психолог просит овал в бланке «Настроение».

Ритуал окончания занятия: используется тот ритуал, который придумали ребята.

Занятие 3

«Начало»

Цель: Актуализация ребенком своего самоощущения.

Задачи: расширение представления о себе, формирование положительного образа «Я».

Форма работы: групповая

Инструментарий: альбом «Мои ресурсы» (12 листов). Клей, цветные карандаши, простой карандаш, ручка, ластик. Бланк «Настроение» (*Приложение 1*), протокол наблюдения специалиста (*Приложение 2*), папка с файлами.

Вводная часть

Приветствие. Беседа и обсуждение с детьми их состояния на данный момент: о чувствах, мыслях и эмоциях, что изменилось с момента первой встречи. Заполнение бланка «Настроение».

Основная часть

Упражнение «Зернышко»

Педагог-психолог предлагает детям взять альбом «Мои ресурсы» и расположить его горизонтально, а также положить карандаши так, чтобы было удобно ими пользоваться. Специалист дает следующую вводную инструкцию: во время выполнения упражнения всем необходимо стать волшебниками. Уточняет, что у ребенка есть волшебное зернышко. Предлагает подумать над тем, что может вырасти из волшебного зернышка — это может быть цветок, куст или дерево. Что необходимо зернышку для его развития? Где оно будет расти? Ребенок рисует зернышко в нижней левой части листа своего альбома. Далее, обсуждая рисунок с ребенком, педагог-психолог задает наводящий вопрос: что необходимо зернышку для того, чтобы оно проросло? Ребенок продолжает свой рисунок следующей композицией, в которой отображается посаженное зернышко и далее, то, что из него выросло. Беседа по рисунку

проводится, как при любой арт-терапевтической технике. Педагог-психолог отмечает важные этапы в протоколе занятия: как зернышко проросло, что из него выросло и что будет с растением дальше.

Заключительный этап

Рефлексия

Педагог-психолог проводит беседу с детьми, в ходе которой уточняет, что они чувствуют в данный момент, какие мысли, как ощущают свое тело. Изменилось ли состояние с начала занятия, если изменилось, то как. Подводя итог занятия, педагог-психолог просит закрасить второй овал в бланке «Настроение».

Домашнее задание: нарисовать «Цветочное поле». Техника выполнения, как и в упражнении «Зернышко».

Занятие 4

«Я спокоен»

Цель: Установление контакта с другими участниками группы, создание благоприятного психологического климата.

Задачи: Развитие коммуникативных навыков, формирование доверительных отношений, повышение эмоционального тонуса, развитие навыков оптимистического мировосприятия.

Форма работы: групповая.

Вводная часть

Упражнение «Приветствие»

Инструкция: психолог говорит о существовании множества разных способов приветствия людьми друг друга, реально существующих в цивилизованном социуме и шуточных. Участникам тренинга предлагается встать и поздороваться друг с другом плечом, спиной, рукой, щекой, носом, выдумать свой собственный необыкновенный способ для сегодняшнего занятия и поздороваться им.

Основная часть

Упражнение «Золотая рыбка»

Инструкция: Участники группы получают задание: на листе бумаге написать три заветных желания, которые они попросили бы исполнить золотую рыбку, попадись она в руки. Затем, листы с желаниями складываются. И каждый из участников зачитывает по одному из листов, отвечая на следующие вопросы:

1. Может ли это желание выполнить кто-то другой, помимо золотой рыбки?
2. Может ли сам человек сделать что-то, чтобы это желание осуществилось?

Обсуждение: Легко ли было выбрать три желания? Все ли желания были учтены, не было ли забыто какое-то важное желание?

Упражнение «Горная вершина»

Инструкция: Сядьте поудобнее. Глубоко вдохнули, выдохнули, закрыли глаза. Осмотрите себя спокойно изнутри: удобно ли положение головы? Удобна ли ваша поза? Опущены ли плечи? Насколько удобное положение рук и ног? Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично... Вообразите, что вы стоите у подножия огромной горы. Может быть, это Памир, Тибет или Гималаи. Где-то в вышине, теряясь в облаках, плывут ледяные вершины гор. Как прекрасно должно быть там, наверху! Вам хотелось бы оказаться там. И не нужно добираться до вершин, карабкаясь по труднодоступной и опасной крутизне, потому что вы можете... летать. Посмотрите вверх: на фоне неба четко виден темный движущийся крестик. Это орел, парящий над скалами. Мгновенье... и вы сами становитесь этим орлом. Расправив свои могучие крылья, вы легко ловите упругие потоки воздуха и свободно скользите в них... вы видите ровные, клочковатые облака, плывущие под вами... далеко внизу – игрушечные рощицы, крошечные дома в долинах, миниатюрные человечки... Ваш зоркий глаз способен различать самые мелкие детали развернувшейся перед вами картины.

Вглядитесь в нее. Рассмотрите подробнее...

Вы слышите негромкий свист ветра и резкие крики пролетающих мимо мелких птиц. Вы чувствуете прохладу и нежную упругость воздуха, который держит вас в вышине. Какое чудесное ощущение свободного полета, независимости и силы! Насладитесь им...

Вам не составляет труда достигнуть любой самой высокой и недоступной для других вершины. Выберите себе удобный участок и спуститесь на него, чтобы оттуда, с недостижимой высоты, посмотреть на то, что осталось там, далеко у подножия гор... Какими мелкими и незначительными видятся отсюда волновавшие вас проблемы! Оцените – стоят ли они усилий и переживаний, испытанных вами? Спокойствие, даруемое высотой и силой, наделяет вас беспристрастностью и способностью вникать в суть вещей, понимать и замечать то, что было недоступно там, в суете. Отсюда, с высоты, вам легко увидеть способы решения мучивших вас вопросов... С поразительной ясностью осознаются нужные шаги и правильные поступки...

Пауза.

Взлетите снова и снова испытайте изумительное чувство полета. Пусть оно надолго запомнится вам... А теперь вновь перенесите себя, стоящего у подножия горы... Помашите рукой на прощание парящему в небе орлу, который сделал доступным для вас новое восприятие мира... Поблагодарите его...

Вы снова здесь, в этой комнате. Вы можете открыть глаза... Вы вернулись сюда после удивительного путешествия...

Обсуждение: для получения обратной связи, ведущий просит обратить внимание участников на чувства, которые они ощутили во время полета, мысли во время него и т.д.

Упражнение «Крокодил»

Инструкция: Участникам предлагаетсяделиться на две команды. Одна из команд придумывает любое слово, состояние, настроение, чувство и говорит его выбранному участнику с другой команды, который должен не вербально – жестами и мимикой передать сообщение своей команде.

Обсуждение: что было трудно при выполнении данного упражнения, что легко, понравилось упражнение или нет.

Упражнение «Подстелить соломку»

- Очень важно знать симптомы и признаки тревоги, в том числе телесные (об этом мы говорили выше), это поможет вам больше понимать ее предвестники.

- Составьте список тревожных для Вас ситуаций, подумайте о том, как их можно избежать. Если уйти от них невозможно, то постарайтесь сделать их более щадящими для себя, возможно для этого нужно прибегнуть к помощи других лиц.

Забота о себе

- Контролируйте прием продуктов, содержащих кофеин (чай, кофе, кока-кола). Короткая передышка, которую они дают, может смениться еще большей тревогой. Кофеин может усиливать беспокойство, нарушать сон, и даже провоцировать приступы паники.

- В течение дня ешьте частыми небольшими порциями. Воздержание от еды приводит к понижению уровня сахара крови, что может вызвать тревогу и раздражительность.

- Сделайте свою жизнь проще: не взваливайте на себя гору дел – делайте за один раз что-то одно.

- Необходимо научиться методам релаксации (послушайте музыку, примите ванну, прогуляйтесь, почитайте, сходите в кино или посмотрите телевизор с кем-то из близких, займитесь спортом, сходите в бассейн, помедитируйте, займитесь йогой).

Опирайтесь на другого

- В состоянии тревоги важно поговорить с кем-то, кому вы доверяете, родитель, друг, ваш психолог. Тревога и беспокойство обостряются, когда Вы чувствуете бессилие и одиночество. Чем больше Вы будете обращаться к другим людям, тем менее уязвимыми Вы будете себя чувствовать.

- Если вы тревожитесь из-за ссоры, поговорите с кем-нибудь, кого она не затрагивает.

Не вовлеченный в конфликт человек, посмотрит на ситуацию со стороны и, возможно, поможет вам найти выход.

Разумное планирование

- Составьте распорядок дня и следуйте ему. К установленному расписанию организм быстро привыкнет, и будет работать с меньшей нагрузкой.

- Замечайте признаки переутомления. Постарайтесь выспаться. Тревога и беспокойство могут вызывать бессонницу. С другой стороны, недостаток сна может также способствовать развитию тревоги. Когда Вы лишены сна, стрессоустойчивость крайне низка. Когда Вы хорошо отдохнули, гораздо легче сохранить душевное равновесие, являющееся ключевым фактором в борьбе с тревогой, и перестать беспокоиться.

Учиться быть в состоянии неопределенности

Неспособность находиться в состоянии неопределенности играет огромную роль в формировании тревоги и тревожности. Важно понять, что тревожащийся человек пытается не только предсказать свое будущее, но и надеется направить это будущее в желаемое русло.

За тревогой очень часто стоит неосознаваемый контроль, самого себя, других людей и ситуации. Страх человека заключается в том, что он опасается, что «все пойдет не так».

Проблема состоит в том, что таким образом не удастся сделать свою жизнь более предсказуемой. Есть иллюзия, что контроль может снизить тревогу. Но важно понять, что именно он первичен в создании переживания тревоги. Желая контролировать, мы начинаем раздувать тревогу внутри себя. Здесь придется принять тот факт, что мы можем держать под контролем далеко не все, большая часть событий нашей жизни идет своим чередом. Мы не можем управлять действиями других людей, есть вещи, перед которыми мы бессильны.

Необходимо начинать с того, чтобы учиться проживать состояние неопределенности поэтапно, можно начинать с 1 минуты в день. Стараться обращать свое внимание на то, как вы чувствуете себя в состоянии неопределенности, какова ваша основная реакция в такие моменты (бессилие, гнев, тревога, страх и т.д.). Умение находиться в состоянии неопределенности – ключ к устранению тревоги.

Опора на тело

В такие моменты важно опираться на собственное тело, поскольку мысли могут быть пугающими, важно сохранить телесную опору в первую очередь на свое дыхание, а также опору на ноги (стараться чувствовать, как стопы касаются земли, лучше одеть удобную обувь, либо постараться снять обувь на каблуке, в моменты, когда тревога особенно сильна). Интенсивность волнения снизится, если вы будете делать глубокие вдохи и выдохи, а также будете обращать внимание на то, как вы дышите. Гипервентиляция – причина таких симптомов, как головокружение, одышка, и онемение рук и ног. Это физиологические симптомы страха, который в дальнейшем приводит к тревоге и панике. Но, восстановив глубокое дыхание при помощи диафрагмы, можно снять эти симптомы и успокоиться.

Нет – негативному мышлению

Негативное мышление, ожидание «плохого» результата может быть фактором, провоцирующим тревогу. Негативное мышление заставляет нас «раздувать» тревогу внутри себя, ожидая самый худший вариант. Внутренняя картина мира не предполагает, что может случиться что-то хорошее. Эти иррациональные, пессимистические взгляды известны как когнитивные искажения. Когнитивные искажения не основаны на реальности, они не устраняются легко и просто. Как правило, они являются частью непрерывного образа мышления и настолько автоматичны, что многие люди даже не осознают их.

Прогрессивное расслабление мышц

Когда Вас охватывает тревога, прогрессивная мышечная релаксация может помочь снять напряжение мышц и взять тайм-аут. Методика связана с систематическим напряжением, и последующим расслаблением различных групп мышц. По мере расслабления тела, Ваш мозг тоже расслабится.

Регулярные получасовые занятия релаксацией снимают напряжение, оказывая следующее действие:

- уменьшают сердцебиение;
- понижают кровяное давление;
- нормализуют дыхание;
- увеличивают кровоснабжение основных групп мышц;
- уменьшают мышечное напряжение;
- снимают физические симптомы стресса, такие как головная боль и боль в спине;
- заряжают энергией;
- повышают концентрацию внимания;
- дают силы лучше справиться с проблемами.

Заключительный этап.

Рефлексия

Обсуждение тренинга, что получилось, что нет, какие чувства участники испытывают после тренинга.

Занятие 5

«Чувства»

Методика «Волшебная страна чувств» (Авторская - Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)

Цель: Выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни. Исследование психоэмоционального состояния ребенка

Задачи: Познакомить детей с разными эмоциональными состояниями. Развивать у детей способность к рефлексии эмоционального поведения, формировать у детей навыки самоконтроля.

Форма работы: групповая

Инструментарий: цветные карандаши, заготовки карты волшебной страны.

Вводная часть

Детям рассказывается сказка о жизни жителей волшебной страны чувств, и помочь им в решении их жизненных трудностей (приложение 6)

Далеко-далеко, а, может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Вина, Грусть, Злость, Страх, Обида и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем, каждое чувство: живет в доме определенного цвета. Кто-то: живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом...

Каждый день, как встает солнце, жители занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильны, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои дома разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда - всю краску унес ветер.

Основная часть

Перед каждым ребенком раскладываются восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

Инструкция: У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них.

Инструкция: Покажи им, где их домики.

Спасибо, ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои дома. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как, же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотрите — вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту.

Заключительный этап

Рефлексия. Подводятся итоги работы, ритуал прощания.

**Обработка результатов*

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее:

- 1) все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков;
- 2) адекватно ли подобраны цвета при «заселении» в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, он, тем не менее, является диагностичным;
- 3) каким образом распределены обозначающие чувства цвета внутри силуэта человека.

Символически силуэт делится на 5 зон:

- голова и шея - символизируют ментальную деятельность;
- туловище до линии талии, исключая руки - символизируют эмоциональную деятельность;
- руки - символизируют коммуникативные функции;
- тазобедренная область - символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний;
- ноги - символизируют чувство «опоры», уверенность в себе, возможность «Заземления» негативных переживаний.

Таким образом, данная методика показывает нам актуальное психоэмоциональное состояние ребенка.

6 – 8 домиков (75%-100%) раскрашены адекватными цветами, распределены по «Карте страны» гармонично – норма психоэмоционального состояния.

3 – 5 (38%-62%) домиков раскрашены неадекватными цветами, распределение по «Карте страны» вызывает дисгармонию – уровень психоэмоционального состояния ниже нормы.

Занятие 6

«Мои эмоции»

Цель: Актуализация способов выражения своих чувств и эмоций.

Задачи: Расширить возможности самовыражения.

Форма работы: индивидуальная

Инструментарий: ручка, цветные карандаши, клей, ножницы, белая и цветная бумага размер А4, колода метафорических карт «Цвета и чувства». Бланк «Настроение» (Приложение 1), альбом «Это Я?!», протокол наблюдения специалиста (Приложение 2).

Вводная часть

Организационный момент. Беседа и обсуждение о чувствах, мыслях и эмоциях, что изменилось с момента последней встречи. Обсуждение выполненного/невыполненного домашнего задания. Заполнение бланка «Настроение».

Основная часть

Упражнение «Цвета и чувства»

Педагог-психолог предлагает подростку выбрать из колоды метафорических карт «Цвета и Чувства» две карты, символизирующие, по его мнению, эмоции и чувства, которые он чаще всего испытывал в последнее время. Далее специалист предлагает расположить эти карты лицевой стороной на листе альбома «Мои ресурсы». С помощью цветных карандашей педагог-психолог просит подростка дорисовать эти карты, заполнив весь лист альбома. В процессе выполнения данного задания, специалист проговаривает с подростком о его ощущениях эмоций и чувств. Если подросток выбирает карты с негативными эмоциями и чувствами, тогда важно при работе перевести негативно окрашенные карты в позитивные.

Упражнение «Глина»

Педагог-психолог предлагает изобразить телом эмоции, которые были актуализированы при помощи метафорических карт «Цвета и Чувства» в предыдущем задании. Принять позу и постоять в ней, почувствовать себя в этой позе, осознать свои ощущения, проговорить их. Через несколько секунд продолжить эту позу движением. Педагог-психолог помогает проанализировать это движение: это социально одобряемый способ проявления или нет? Если проявление в движении эмоции несет деструктивный характер, педагог-психолог помогает найти социально одобряемый способ выражения данной эмоции.

Заключительный этап

Рефлексия подростком своих эмоций и чувств, заполнение бланка «Настроение». Подростку предлагается домашнее задание: создание и ведение дневника самонаблюдений.

Разъясняется порядок выполнения работы в дневнике самонаблюдений:

- на первой странице начертить таблицу:

- в первую графу «эмоции/чувства» внести свой список (не менее пяти);
- в графе «палитра эмоций/чувств» закрасить напротив каждой написанной

эмоции/чувства цветным карандашом, который соответствует данным эмоциям или чувствам.

эмоции/чувства	палитра эмоций и чувств

- на второй странице начертить таблицу:

- первая графа «время пробуждения»,
- вторая графа - «палитра эмоций/чувств», третья - «время, когда ребенок ложится спать».

Данная таблица заполняется ежедневно в течение всей недели.

День недели, число		
Время пробуждения	Палитра эмоций и чувств	Время ложиться спать

Важно отметить, что ведение дневника, это индивидуальный творческий процесс, который ребенок будет выполнять каждый день по желанию: украшать, создавать свои истории, отмечать в таблице те эмоции и чувства, которые его переполняют в конкретный день. Это не школьный дневник, не официальный документ, поэтому приветствуется любое внесение дополнений в виде рисунков, каракуль и других арт-самовыражений. Для дневника подойдет любая тетрадь, блокнот или альбом. Размер дневника ребенок определяет сам, чтобы ему было удобно приносить его с собой на занятия с педагогом-психологом.

Занятие 7

«Я и другие»

Цель: Расширение представления о восприятии других людей.

Задачи: Развитие эмоционального восприятия, раскрытие понятий «о чувствах, мыслях и эмоциях».

Форма работы: индивидуальная

Инструментарий: ручка, цветные карандаши. Набор карточек с эмоциями (подходит любой вариант данных карточек, на которых должно быть изображено не меньше 10 различных эмоций). Два стула, стол. Бланк «Настроение» (*Приложение 1*), Протокол наблюдения специалиста (*Приложение 2*), бланк «Контур лица человека» (*Приложение 8*), папка с тремя файлами.

Вводная часть

Создание зоны психологической безопасности и комфортности. Беседа и обсуждение с подростком его состояния на данный момент: о чувствах, мыслях и эмоциях, что изменилось с момента последней встречи. Обсуждение выполненного/не выполненного заполнения дневника самонаблюдения. Заполнение бланка «Настроение».

Основная часть

Упражнение «Что я вижу?»

Педагог-психолог предлагает подростку выбрать из набора карточек с эмоциями только 6 карточек. Посмотреть на них и разложить перед собой в любом порядке. Присвоить каждой карточке номер по порядку от одного до шести. Педагог-психолог кладет перед подростком бланк «Контур лица человека» с шестью квадратами. Затем, подростку предлагается посмотреть на первую карточку и дорисовать контур в бланке в соответствии с нумерацией. После заполнения бланка педагог-психолог просит подростка определить изображенную эмоцию и подписать каждый квадрат. Далее педагог-психолог обсуждает с ним, возможные сложности при выполнении, если они были. Специалист проговаривает свою версию чувств и эмоций по выбранным карточкам, обращая внимание подростка, на тот факт, что иногда люди по-разному расшифровывают увиденное. В беседе подводятся итоги, какие эмоции и чувства совпали в восприятии подростка и педагога-психолога. Те, которые не совпали, проговариваются более подробно.

Упражнение «Зеркало»

Педагог-психолог предлагает подростку изобразить эмоции и чувства из предыдущего упражнения, а специалист отгадывает. Затем они меняются местами. После выполнения упражнения педагог-психолог совместно с подростком обсуждает возникшие в ходе выполнения упражнения, ощущения и наблюдения.

Заключительный этап

Рефлексия подростком полученного опыта на занятиях, заполняется бланк «Настроение».

Занятие 8

«Трудные жизненные ситуации»

(Тамара Чистякова, педагог-психолог высшей квалификационной категории МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1 им. Максима Горького», город Череповец, Вологодская область)

Цель: Помочь учащимся осознать свои трудные жизненные ситуации.

Задачи: расширить поведенческий репертуар и жизненный опыт, сформировать способы конструктивного поведения в проблемных ситуациях, научить принимать ответственность за свои поступки.

Форма работы: занятие с элементами тренинга.

Вводная часть

Организационный момент. Повторение правил работы в группе.

Упражнение «Интервью в парах»

Разбейте участников на пары (лучше с малознакомыми партнерами). Задача - за 5 минут собрать друг о друге как можно больше информации, затем представить друг друга присутствующим.

Основная часть

Упражнение «Жизненная прямая»

Инструкция учащимся: Нарисуйте линию и представьте, что это символический рисунок жизненного пути. Отметьте на ней главные, по вашему мнению, события, которые уже произошли, и точку «сегодняшнего дня». Подведите учащихся к выводу о том, что в жизни, кроме праздников, удач, просто хороших дней, бывают и отрицательные события. Предложите подросткам вспомнить, как они решали трудные жизненные ситуации, был ли положительный опыт решения, что изменилось в их жизни. Плюсы и минусы трудных ситуаций. Вывод: к каждому «препятствию» нужно подходить индивидуально, творчески; у каждого человека есть ресурсы для преодоления жизненной трудности.

Упражнение «Трудности, которые могут встретиться на данном этапе моей жизни»

Инструкция учащимся: Запишите проблемы, с которыми вы можете встретиться сейчас или в недалеком будущем. Выберите самую актуальную на данный момент проблему и запишите максимальное количество вариантов ее решения.

Упражнение «Позитивные качества»

Перечислите позитивные качества, например, сила воли, смелость, честность и др. Предложите подросткам назвать возможные трудные ситуации, которые могут содействовать развитию этих качеств.

Вывод: из любой трудной ситуации можно извлечь урок, приобрести какой-то опыт, стать мудрее, лучше, сильнее.

Упражнение «Жизненный урок»

Предложите учащимся жизненные ситуации и попросите их ответить, какой жизненный урок можно вынести из каждой. Примеры ситуаций: ребенок дотронулся до сломанной розетки, и его ударило током; девочка утром торопилась в школу, захлопнула дверь и забыла взять ключи; девочка поссорилась со своей близкой подругой из-за того, что рассказала о ее тайне одноклассникам, и пр.

Заключительный этап

Рефлексия занятия. Подведение итогов, обсуждение наиболее важных моментов в работе группы.

Занятие 9

«Кризис – выход есть»

По материалам Комплексная внешкольная программа по формированию навыков здорового образа жизни у подростков «Все, что тебя касается» разработана Российской некоммерческой организацией – Фонд «Здоровье и развитие».

Цель: Дать представление о кризисных ситуациях.

Задачи: Сформировать отношение к кризису как к возможности для саморазвития. Разработать стратегию поведения в кризисной ситуации.

Форма работы: тренинг

Инструментарий: Веревка диаметром от 2 до 4 мм и длиной не менее 7 метров. Небольшой мешок или коробочка, куда будут складываться различные вещи. Различные маленькие предметы: зеркальце, кисточка, пинцет, тетрадь, мячик, зубная щетка и др. - по количеству участников. Музыка тревожная или настораживающая на 20 мин, желательно без слов. Музыка медитативная на 10 мин. Доска. Карточки для упражнения «Каждый...»

Вводная часть

Упражнение-разминка «Найди и коснись»

Пояснение: Это упражнение – великолепный «миксер», с помощью которого участники перемешиваются, контактируют между собой, обращая при этом внимание на разные аспекты действительности. Игра развивает внимательное отношение к окружающим, активизирует наблюдательность и аналитические способности.

Инструкция: В этой игре я предлагаю вам расхаживать по комнате и касаться руками разных вещей. Некоторые задания будут очень легкими, а некоторые, возможно, заставят вас задуматься, но вы должны быстро сообразить и выпутаться из этой ситуации. В этом упражнении главное – темп! Готовы?

Итак, найдите и коснитесь:

- чего-либо красного;
- холодного на ощупь;
- шершавого;
- того, что весит примерно полкилограмма;
- круглого;
- железного;
- голубого;
- прозрачного;
- зеленого;
- чего-нибудь из золота;
- части одежды, показавшейся вам шикарной;
- руки, которую вы находите интересной;
- числа 15;
- слова «незабудка».

Это упражнение для разогрева, оно не требует обсуждения. В конце похвалите группу и плавно перейдите к следующему упражнению.

Основная часть

Упражнение «Скала»

Пояснение: Это упражнение помогает выявить отношения в группе: кого группа принимает, а кого отвергает, кто сам отделяется от группы и не идёт с ней на контакт. Кроме всего прочего, это неплохая модель кризисной ситуации: человек «висит на скале», и если не будет держаться, то в любой момент может упасть.

На полу рисуется или выкладывается из веревки кривая линия. Желательно сделать всего один изгиб. Участники группы выстраиваются в шеренгу чётко по контуру линии с одной стороны. При этом участники встают плечом к плечу, или кладут руки друг другу на плечи (как делают матросы), или цепляются локтями. Главное, чтобы вся группа прочно стояла по этой линии, не шаталась и не падала. Таким образом, шеренга символизирует скалу, где с одной стороны линии – твердая поверхность, а с другой – пропасть.

Инструкция: Выберите первого добровольца и скажите ему: *«Твоя задача - пройти по краю пропасти, держась за скалу так, чтобы твоя нога не заступала за линию, а была как бы в уступях скалы. Если большая часть ноги у тебя будет располагаться за линией, там, где пропасть, считай, что ты упал»*. Всего даётся три попытки. Ведущий предлагает каждому пройти это препятствие. Нужно попытаться убедить всех пройти «по краю пропасти», однако если кто-то будет резко сопротивляться, не настаивайте.

Комментарий: Можно и не анализировать это упражнение, если вы его проводите для «разогрева» участников и сплочения их для дальнейшей работы или если ведущий сам хочет посмотреть, кого группа принимает, а кого нет, но не афишировать пока этого. Тем не менее, если у группы, вы видите, возникли какие-то эмоции и появилась напряженность, то обсудить упражнение надо, иначе это станет «миной замедленного действия».

Анализ упражнения:

Кому удалось пройти быстрее всего?

Кто больше всех опирался, держался за “скалу”, т.е. за группу? Кто меньше всего?

Кто не прошел это упражнение? Почему?

Мы все вместе справились с этим испытанием. Молодцы! (можно поаплодировать друг другу). *На нашей скале можно было удержаться, только если крепко держаться за нее. Ваше умение «держаться» поможет вам в преодолении кризисных ситуаций, которым и будет посвящено наше сегодняшнее занятие.*

Упражнение «Каждый...»

Пояснение: В этом упражнении участники группы работают с вопросами, которые вызывают воспоминания или эмоциональные реакции. Это упражнение нацелено на то, чтобы увидеть многообразие жизненных ситуаций. На каждого участника оказывают влияние истории, рассказанные другими, в результате чего все участники в той или иной степени переживают эмоциональную встряску.

Для этого упражнения вам необходимо подготовить карточки с распечатанными вопросами (*Приложение 11*). Можно дополнить своими вариантами актуальными для вашей группы, при этом все карточки должны начинаться одинаково со слов «Каждый...» или «У каждого...». Приготовьте столько карточек, чтобы каждому участнику досталось по 2-3 штуки. Не беда, если некоторые вопросы будут повторяться.

Важно отметить, что при ответе на эти вопросы, необязательно говорить правду. Во-первых, потому, что быстрый ответ - так или иначе - будет правдой. А во-вторых, чтобы не было фильтрации того, что говорить, а что нет. Если заставить подростков говорить только правду, то они будут тщательно обдумывать, что можно сказать, а что нет, так как могут до конца не доверять группе.

Инструкция: Перемешайте карточки и положите их текстом вниз на стул, поставленный в центре круга (*Приложение 11*).

Сейчас вы, один за другим, по кругу, будете отвечать на вопросы. При этом тот, кто будет отвечать, сам не подходит к стулу и не берет карточку в руки – за него это будет делать его сосед справа. Он подходит, берет любую карточку в руки и зачитывает ее. Тот, кто отвечает, должен ответить на вопрос как можно быстрее. Вы можете отвечать на вопрос правдиво, а можете выдумать что-нибудь. Главное условие - чтобы вы отвечали не задумываясь. При этом не играет роли, соответствует действительности ваш ответ или нет.

Ответы не комментируем. Никаких дополнительных вопросов не задаем.

Играйте до тех пор, пока каждый участник по 2-3 раза не ответит на вопросы.

Анализ упражнения:

Как вы себя чувствовали во время этой игры?

Что было для вас самым важным в это время?

Какая ситуация «зацепила» больше всего?

Цель этого упражнения - создать у вас эмоциональный настрой на сегодняшнее занятие. Когда мы слышим чужие ответы, мы сравниваем их со своими ответами. Мы вспоминаем ситуации, которые были у нас в жизни. Что-то нас цепляет больше, что-то меньше. Однако многообразие жизненных ситуаций поражает! Некоторые ситуации могут привести нас к кризису. На сегодняшнем занятии мы узнаем, какие именно.

Давайте сейчас сделаем упражнение, которое в жизни поможет нам искать ресурсы для выхода из кризисных ситуаций – и в себе, и во внешнем мире.

Упражнение «Мешок идей»

Пояснение: Для этого упражнения вам понадобится специальный реквизит: мешок с различными вещами, которые встречаются в быту. Это может быть зеркальце, степлер, кисточка, пинцет, тетрадь, мячик, зубная щетка и др. Проявите фантазию! Вещей должно быть столько, сколько участников. Эти вещи кладутся в непрозрачный мешок и в процессе упражнения достаются из него. Вещи достаются как бы на ощупь, та, которая первая попала в руку.

В этом упражнении участники развивают творческое воображение. Они могут озвучивать любые «бредовые» идеи. Самое главное в этом упражнении – связать несвязанные вещи, предложить новые решения. Это упражнение учит в по-настоящему сложных ситуациях искать выход и находить его. А также упражнение помогает развивать творческое мышление, которое также очень пригодится вам в жизни.

Инструкция: Выберите первого, кто начнет упражнение. Пусть он вытянет из «мешка идей» любой предмет. После этого произнесите инструкцию:

А теперь нужно подумать, как этот предмет может помочь тебе выйти из кризисной ситуации, в которую ты попал.

И назовите одну из следующих ситуаций:

- несчастная любовь;
- предательство друга;

- длительный конфликт с родителями из-за учебы;
- ревность молодого человека/девушки;
- провал на вступительных экзаменах в ВУЗ и др.

Нужно начать свободно ассоциировать, мысленно связывать то, что ты вытянул, с самой ситуацией, а потом - с тем, как это может тебе помочь выйти из кризиса. Критики, оценки быть не должно, пусть идеи, ассоциации, мысли возникают свободно, спонтанно.

Лучше, если над каждой ситуацией поработает вся группа, таким образом, появится множество свежих решений. После того, как идей больше не осталось, следующий человек вытягивает свой предмет, и упражнение повторяется.

Комментарий: Пусть группа помогает каждому человеку, но только после того, как он сам предложил первые идеи!

Анализ упражнения:

Какие у вас ощущения после этого упражнения?

Как вам кажется, реально ли, что это все может нам как-то помочь при выходе из кризиса?

Если будет много отрицательных ответов, например, участники будут говорить, что это нереально, напомните им историю про яблоко и Ньютона, который таким образом, «случайно» открыл закон всемирного тяготения.

На примере этого упражнения видно, что выход всегда есть, главное – увидеть его. К тому же, если мы готовы преодолевать препятствия, с которыми мы столкнулись, любой ресурс будет нам в помощь: как внутренний, так и внешний. Решение может прийти буквально из ниоткуда! Учитесь творчески мыслить! Предлагайте даже самые абсурдные идеи! Они и могут в последующем стать настоящим выходом.

Сегодня мы еще поговорим о том, как искать внутренние ресурсы.

А теперь перейдем к стратегиям выхода из кризисных ситуаций.

Сначала сделаем упражнение.

Упражнение «Опускающийся потолок»

Пояснение: Данное упражнение позволяет погрузиться в те эмоции (хотя бы частично), которые испытывает человек, когда попадает в кризисную ситуацию. Это позволит более реально обсуждать и вопросы выхода из подобных ситуаций.

Для этого упражнения нужна веревка, чтобы сделать на полу прямоугольник 2х1,5 метра и тревожная музыка. Это упражнение-пантомима. Разложите веревку на полу.

Инструкция: *Сейчас каждый из вас должен будет побывать в одной очень необычной комнате. Стенами этой комнаты будут служить границы этой веревки. Дверь будет вот здесь (покажите, где будет дверь). Вам нужно будет показать пантомиму (без звука! это важно!) следующего содержания: «Вы входите в комнату через дверь, в комнате нет никаких вещей, вы спокойны и находитесь в умиротворенном состоянии. Ничего не предвещает беду. Но вдруг через какое-то время вы неожиданно обнаруживаете, что потолок в этой комнате начинает медленно опускаться. Вы направляетесь к выходу, но обнаруживаете, что дверь закрыта. Вы начинаете стучаться, кричать, звать на помощь, но никто не откликается, а потолок все продолжает опускаться. Вы в панике! Вы знаете, что потолок опустится до конца».*

Вы должны проиграть эту пантомиму от начала до конца не более, чем за 1 мин. Постарайтесь отразить все эмоции, которые бы вы ощутили в данной ситуации. Звуков быть не должно. Только музыка, которую я поставлю.

Как только один человек закончит, эту же пантомиму должен проиграть следующий человек и так далее до тех пор, пока все ее не покажут. Вы можете сами выбрать очередность, в какой вы будете показывать свой вариант.

Комментарий (участникам не говорится!): Сначала сами задайте тон и покажите свою пантомиму. Для этого лучше потренироваться дома. В вашей пантомиме пусть концовка будет трагичной, т.к. если вы сделаете ее позитивной, то ребята просто за вами все повторят, и упражнение потеряет смысл. Однако при объяснении инструкции не программируйте участников, не говорите, что должно произойти в конце. Возможно, они сделают концовку счастливой – это их право.

Показывая свою пантомиму, будьте как можно более эмоциональны. Постарайтесь войти в эту ситуацию, почувствовать ее.

Во время этого упражнения ребята могут реагировать очень эмоционально и даже плакать. Это нормальная реакция. Можете поддержать их, подойдя к ним.

Анализ упражнения:

Удалось ли вам погрузиться в эту ситуацию?

Почувствовать реально те чувства, которые человек испытывает в подобной ситуации?

Что вы чувствуете сейчас, после упражнения?

Чья пантомима вам понравилась больше всего?

Оказавшись в кризисной ситуации, что нужно было сделать, чтобы найти выход из нее?

На примере этого упражнения можно выделить несколько поведенческих стратегий:

1) *ждать, пока кризис накроет тебя окончательно, и не совершать при этом никаких действий (лечь и ждать пока потолок опустится);*

2) *сопротивляться обстоятельствам, которые сильнее нас (стараться остановить потолок, сопротивляться тому, что он опускается);*

3) *искать помощи (стучаться в дверь - авось откроется? - и звать на помощь);*

4) *бороться изо всех сил и найти единственный выход (биться в дверь, сломать ее, в итоге выйти на свободу - выжить!).*

Смотрите, в такой ситуации кажется, что нет спасения, но, если его искать и бороться, выход найдется.

Теория «Стратегии выхода из кризисных ситуаций»

Комментарий: Далее идет теоретический материал, который ведущий должен донести до участников. Рекомендуем кратко записывать на доске основные ситуации.

Существует четыре основных стратегии поведения в кризисных ситуациях:

1) Преобразование

Мы пытаемся что-то изменить в сложившейся ситуации, ищем ресурсы - внутренние или внешние. Стараемся. Боремся. Занимаем активную позицию. Это самый эффективный способ выхода из кризиса. Есть такая притча о лягушке, которая попала в кувшин с молоком. Она стала так сильно барахтаться, что молоко преобразовалось в масло, и она спаслась.

2) Приспособление

Мы приспособливаемся к кризису, адаптируемся к нему, спокойно ждем, что он с нами сделает. Мы как бы плывем по течению (в случае с опускающимся потолком - ложимся и ждем).

3) Поиск защиты

Мы ищем защиты и помощи у других людей или у себя (становимся агрессивны).

Что же делать, если человек находится в состоянии кризиса? Как ему помочь? Ведь бесполезно ему говорить: «Успокойся!», «Все будет хорошо», «Это пустяк». Такие слова вряд ли на него подействуют.

В таких ситуациях хорошо применять некоторые формы активного слушания. Они позволяют просто слушать собеседника, показывая ему тем самым, что он не один, что мы готовы его поддержать: мы даем понять собеседнику, что он не один, когда просто слушаем его; не прерываем рассказ собеседника, пока он не «остынет»; применяем «ага-угу реакции» (такие фразы, как «да-да, угу, ну конечно...»); когда собеседник прекращает говорить, задаем уточняющие вопросы; главная задача – оставаться спокойным и не заразиться от собеседника его эмоциями.

Такое слушание позволяет:

- показать собеседнику, что мы его слушаем;
- дать время собеседнику успокоиться.

Упражнение «Аутотренинг»

Пояснение: Включите спокойную музыку. Настройте ребят на серьезный лад, попросите их ничего не говорить во время этого упражнения. Скажите, что если кого-то не затронет это упражнение, не нужно портить его для остальных участников. Просто пусть посидят тихо до конца упражнения. Объясните: для того, чтобы проникнуться этим упражнением, надо внимательно слушать голос ведущего и делать то, что он говорит.

Ведущий должен заранее потренироваться в чтении текста, чтобы на самом занятии не запинаться и не торопиться!

Инструкция: Пожалуйста, сядьте так, чтобы вам было удобно. Закройте глаза.

Далее ведущий говорит под медитативную музыку размеренным, спокойным голосом. Не торопитесь! Делайте паузы между предложениями (где-то секунд 5-10).

Дышите ровно! Расслабьтесь! Вы ощущаете приятную тяжесть в руках и ногах. Ваши веки становятся тяжелыми. Дышите ровно и глубоко. Вы ощущаете приятное тепло в вашем теле. Вы ощущаете приятную тяжесть в руках и ногах. Ваши веки становятся еще тяжелее... Дышите ровно и глубоко... Вдох... Выдох... Вдох... Выдох...

Вы перестаете ощущать свои ноги и руки. Вы как будто парите в воздухе. Вы ощущаете невероятную легкость. Такую легкость, что вот-вот полетите... Перед вашими глазами всплывают самые приятные случаи из вашей жизни... Вы вспоминаете и видите перед собой самое приятное, самое хорошее, что случилось с вами за последнее время... Вы видите ситуации, с которыми вы когда-то с успехом справились...Зарядитесь от них силой и уверенностью, энергией и бодростью...Почувствуйте уверенность в себе! Найдите место этой силе в вашем теле...Это ваш неисчерпаемый запас! Когда вам будет плохо, вы сможете обратиться к нему, и он вам поможет... Почувствуйте, как вы сильны! Насладитесь этим ощущением... Вы как будто стоите на высокой-высокой скале, и весь мир принадлежит вам! (дайте ребятам секунд 20-30) Это очень приятное ощущение!

Теперь представьте себе по очереди каждого из нас. Вы чувствуете себя полным бодрости и энергии. Сейчас я буду считать до трех... И как только я произнесу слово «три», вы откроете глаза и будете ощущать себя свежим и бодрым, способным справиться с любыми невзгодами... Раз, два, три...

Анализ упражнения:

Поделитесь своими ощущениями, чувствами от упражнения?

Удалось ли следовать за моим голосом?

Кому понравилось?

А кого «не зацепило»?

Аутотренинг – это специфическая техника, и она действительно может подходить не всем. Однако мы привыкли разговаривать как бы сами с собой, когда находимся наедине. И в кризисных ситуациях этот голос может стать нашим единственным помощником.

К аутотренингу необходимо привыкнуть. Его можно проводить и индивидуально, говоря себе, что «вы обязательно справитесь, обязательно найдете решение, выход из трудной жизненной ситуации». Подбадривайте себя. Ведь вы действительно в силах изменить любую ситуацию!

Занятие 10

«Конфликт»

Цель: Осознание собственных стратегий поведения в конфликтных ситуациях

Задачи: Формирование навыков поведения в конфликте.

Форма работы: групповая

Инструментарий: простые и цветные карандаши, бумага А4 по количеству участников.

Вводная часть

Сегодня мы будем говорить о конфликтах. С конфликтами мы сталкиваемся в разных сферах нашей жизни. Это случается очень часто, ведь мы живем в мире людей, и наши желания и интересы не всегда совпадают. Так что сегодня мы поговорим о том, что такое конфликт, почему он возникает и как можно его разрешить. Но давайте начнем с разминки, которая плавно введет нас в тему сегодняшнего занятия.

Разминка «Рисунок в парах»

Пояснение: Перед началом упражнения необходимо разделить группу на пары. Если в группе нечетное количество участников, ведущий также участвует в упражнении. Каждая пара получает по одному листу бумаги и одному карандашу и садится так, чтобы не мешать остальным парам.

Инструкция: Сейчас мы с вами будем рисовать. Пусть каждый участник представит небольшой рисунок, который он хотел бы нарисовать. Представили? Каждая пара, держась вдвоем за один карандаш, должна нарисовать картину на своем листе бумаги, общаться словами при этом нельзя. На выполнение этого задания вам дается 5 минут. Начали.

Анализ упражнения:

Какую тактику вы применяли во время совместного рисования?

Какой рисунок получился в результате?

Все пары довольны получившимся результатом?

Чьи идеи не реализовались?

Кому так и не удалось договориться о том, что рисовать?

Обратите внимание участников на следующее:

Посмотрите на ваши рисунки. Они, как вы видите, далеки от совершенства. Чаще всего это «каляка-маляка». Собственно, это и есть конфликт. Конфликт – это когда есть две стороны, со своими идеями, мнениями, интересами, и только один путь, который

позволяет эти мнения реализовать. У вас был один карандаш и у каждого свой рисунок в голове, поэтому получилось то, что получилось. Но это очень хорошее отображение конфликтной ситуации. На сегодняшнем занятии мы постараемся понять, как разрешать эти ситуации и как их не допускать.

Если у кого-то все-таки получился осмысленный рисунок, спросите:

Как вы договаривались?

В процессе обсуждения выделите все тактики, которые были найдены, запишите их на доске. Подчеркните, что вы к этим тактикам ещё вернетесь в процессе занятия.

Основная часть

Каждый из нас хотя бы раз в жизни попадал в конфликтную ситуацию.

Давайте разберемся, что же такое конфликт.

Слово «конфликт» происходит от латинского *conflictus* – столкновение интересов, противоборство.

Конфликт – это различные виды противодействия, противоборства личностей и групп по поводу рассогласованных, существенно значимых целей, интересов, ценностей и интересов сопровождающиеся отрицательными эмоциями осознанная практическая деятельность по преодолению противоречий.

Исходя из вышеуказанных видов противодействий, давайте приведем примеры жизненных ситуаций и продолжим цепочку (участники работают в группах по 3-4 человека).

Конфликт – внешнее проявление - ...

Конкуренция – получение выгоды-...

Соперничество – борьба за признание-...

Соревнование – чётко есть цель соперничества...

Враждебность – психологическая установка на конфликт...

Кризис – различие целей...

Противоречие – внутреннее состояние конфликта-...

Теоретическая часть.

Как выглядит сам конфликт, давайте попробуем рассмотреть в деталях (материал презентуется на слайдах и в процессе дискуссии обсуждается с классом)

Структура конфликта

1. Объект конфликта.

2. Цели (открытые, закрытые).

3. Оппоненты (участники).

Схема развития конфликта

- Потенциальное формирование противоречивых интересов, ценностей, норм;
- Переход потенциального конфликта в стадию реального осознания участниками конфликта своих верно или ложно понятых интересов;

- Конфликтные действия;

- Снятие или разрешение конфликта;

- Постконфликтная ситуация: конструктивная или деструктивная.

Причины конфликтов.

1. Информационные факторы:

- Неполная информация (неточные факты, слухи);

- Искаженная, ложная информация (дезинформация, сплетни, сомнение в надёжности источника информации...);

- Отсутствие информации (Подозрения, умышленное скрывание информации...);
- Чрезмерная информированность (обнародование нежелательной информации);
- Спорная информация (спорные вопросы законодательства доктрин, правил порядка действия) **примеры:** (*Чтение рассказа «Мудрецы и слон», выводы, Светофор и дальтоники.*)

2. Структурные факторы:

- вопросы собственности (*Кто в доме хозяин?*);
- социальный статус (*Я начальник...*);
- властные полномочия и отчетность (*соблюдение требований предъявляемых, членами комиссии...*);
- социальные нормы и стандарты (*дедовщина...*);
- традиции;
- системы безопасности (*недоверие, слежка, прослушивание...*);
- поощрение и наказание (*почему я наказан, ведь и они тоже...*);
- географическое положение (*Москва – провинция...*);
- добровольная или вынужденная изоляция (*например: полиция*);
- распределение ресурсов, товаров, услуг, товаров.

3. Ценностные факторы:

А. (принципы, которые мы провозглашаем или отвергаем)

- общественные (загрязнение Байкала);
- групповые или личностные системы убеждений верования;

Б. Предпочтения, стремления, предрассудки, опасения.

- идеологические;
- культурные;
- религиозные;
- этические;
- политические;
- профессиональные ценности и нужды (*например: нужен кабинет психологии*).

4. Факторы отношений: (удовлетворение или не удовлетворение от сотрудничества, взаимоотношений, в основе добровольных или не добровольных, в сущности зависимых или не зависимых)

- баланс силы;
- значимость для себя и других;
- взаимные ожидания;
- длительность;
- совместимость сторон в отношении ценностей;
- поведение;
- личностные и профессиональные цели;
- личная сочетаемость (*развод из-за сосисок...*);
- вклад сторон в отношения (*надежды, деньги, время, эмоции, энергия, репутация*);
- различия в образовательном уровне;
- различия в жизненном опыте.

5. Поведенческие факторы:

- ущемление интересов;
- понижение самооценки;
- угроза безопасности (физические, эмоциональные, социальные);
- вызывание негативных эмоциональных состояний (*зависть, злость, раздражение, обида, неуверенность...*);

Такая группировка факторов конфликтов помогает понять и упрощает анализ (помните, жизнь богаче любой схемы.)

Но прежде - пример.

В стакан капает вода, долго и медленно, чем все закончится?

Комментарий: надо нарисовать на доске стакан и капли воды.

Возможно, участники выскажут разные версии и даже назовут правильную.

Да, рано или поздно стакан наполнится, и вода прольется. Вот так и в жизни. Эти капли являются конфликтогенами, которые - вольно или невольно - задевают нас, но мы их стараемся не замечать. Но как только их становится слишком много, наше терпение лопается.

Конфликтогены – это мелкие и совсем не мелкие поводы, из-за которых может вспыхнуть конфликт. И сколько таких поводов понадобится, неизвестно. Для каждого человека и для каждого конфликта количество будет разным.

Каждый день мы общаемся со многими людьми: в школе, во дворе, дома, у нас здесь. И невольно мы можем обидеть (задеть) их, даже не подозревая об этом.

Давайте подумаем, что нас может обидеть в словах собеседника? (метод «Мозговой штурм»).

Записываем на доске по мере объяснения и в завершении обобщаем:

Прямое оскорбление. Конечно, это может стать началом конфликта.

Упрек. Например: «Из-за тебя я опоздала. А я думала, что на тебя можно положиться!».

Обобщение. Это те же упреки, но со словами «ты всегда...», «вечно ты...», «ну, как обычно...».

Сравнение (не в твою пользу). Например: «А вот Серега Кате всегда цветы дарит» или «Да я в твои годы уже 2 спортивных кубка имел!».

Приказ. Например: «Умойся. Почисти зубы. Не сутулься. Не опоздай» и т.д. Все глаголы в повелительном наклонении (даже просьбы) вызывают у нас неосознанный протест.

Поднимите руку те, кто испытал на себе или сам говорил подобные фразы? Эти фразы и есть конфликтогены. Их намного больше, чем в наших примерах.

Как же быть? Мы не можем и не должны загонять внутрь свои обиды. Нужно говорить о своих чувствах. Вопрос – как? Не оскорбляя человека. Не упрекая и, тем более, не обобщая: «ты всегда» (тем более, что, чаще всего, это не так, и ваш друг всего лишь второй раз опаздывает, да и то по объективным причинам). Не сравнивая и не приказывая.

Вместо: «Из-за тебя мы проиграли!» - «Выходи сегодня во двор. Будем тренироваться, ты - на воротах. Да выиграем еще, не переживай».

Вместо: «Опять ты опоздала!» можно сказать: «Я так волновался, не случилось ли с тобой чего в дороге. Ну, рассказывай...».

Вместо: «А вот Серега Кате всегда цветы дарит» - «Я так люблю цветы. Когда ты мне их подарил на 8 марта, мне хотелось прямо прыгать от счастья!».

Вместо: «Занеси мне мой диск. Срочно!» - «Слушай, мне так нужен диск, который я тебе давал. Было бы классно, если б ты его занес мне прямо сейчас. Сможешь?»

Давайте сейчас сделаем упражнение и потренируемся предупреждать конфликт, не доводить до него.

Упражнение «Предупреждаем конфликты»

Пояснение: Вся группа делится на пары. Работа идет одновременно во всех парах. Если в группе нечетное количество человек, ведущий также участвует в упражнении.

Инструкция: Сейчас один участник из пары (решите, кто им будет) должен провоцировать другого, активизируя тем самым конфликт. Он должен по максимуму использовать тот арсенал конфликтогенов, о котором мы только что говорили. Второй участник пары отвечает по своему усмотрению, так, как он отреагировал бы в жизни.

Пример. Ситуация: один приятель говорит другому, что раз он занимается танцами, то он «как девчонка» - Ты ходишь на танцы? Как был ботаником, так им и остался! Танцор! Над тобой все девчонки смеются! - и т.д. Все понятно? Начали.

Участники выполняют это задание. Оно не должно занимать много времени. Как только большинство пар закончили, дается следующая инструкция:

Закончили скандалить. Теперь вы снова повторяете эту ситуацию в парах, но несколько изменяете ее. На этот раз первый участник пары не должен использовать фраз-конфликтогенов. Его задача - перевести разговор из негатива в позитив, не допустить конфликта. Сделать так, чтобы не обидеть второго участника. Его напарник отвечает по своему усмотрению.

Пример.

- Знаешь, я никак не могу понять, что ты нашел в этих танцах. Мне кажется, не мужское это дело! Просвети.

- Я буду поступать в театральный. Хочу стать актером. А для этого нужна пластика. И т.д.

Хорошо, теперь участникам в парах надо поменяться ролями. Придумайте новую ситуацию, и мы проиграем это упражнение снова. Только теперь после негативного варианта (с конфликтогенами) сразу же самостоятельно переходите к позитивному варианту.

Если участники затрудняются придумать, в чем обвинить собеседника, можно предложить свои варианты (можно просто зачитать паре или раздать на листочке заранее распечатанную ситуацию), например:

- Девушка упрекает юношу, что он не дарит ей цветы.
- Дочь обвиняет мать в том, что она никогда не разрешает ей гулять вечером подольше.
- Юноша сердится на своего друга за то, что тот опоздал и обвиняет его в неумении планировать свое время.
- Один одноклассник заявляет другому, что он «слабак», потому что не может подтянуться на турнике.
- Девушка упрекает свою подругу за то, что та разболтала ее секрет.
- Девушка обвиняет младшую сестру в том, что она не моет посуду.
- Юноша сердится на младшего брата за то, что своими играми он «замусорил» весь компьютер.

Анализ упражнения:

Что вы чувствовали, когда к вам по тому же поводу обращались «в позитиве»?

От кого из участников в паре, в первую очередь, зависело, разовьется конфликт или нет?

Что было труднее – негативно или позитивно «начинать» ситуацию?

Какими способами (словами, фразами) вам удалось предупредить конфликт?

Выводы:

- *Предупредить конфликт всегда легче, чем выходить из него.*
- *Предупредить конфликт может тот, кто первым начинает «выяснять отношения».*

- *Не нужно критиковать собеседника и перекладывать всю ответственность за ситуацию на него, лучше попытаться его понять, разобраться в проблеме вместе или предложить помощь.*

Мы возьмем одну конфликтную ситуацию и посмотрим, какими способами можно из нее выйти. Ребята самостоятельно предлагают конфликтную ситуацию и ищут выход. Работа может проводиться фронтально и в парах. Каждая пара получает подсказку – памятку «Способы выхода из конфликта» (Приложение 11).

Заключительный этап

Давайте подведем итоги:

Таким образом, в конфликте возможны 5 линий поведения:

- **Уклонение** – это не решение конфликта, а бегство, уход от него, и ничьи интересы тут не учитываются;

- если я «игнорирую» свои интересы, а интересы другого человека учитываю по максимуму, то это **Уступка**;

- если я учитываю только свои интересы по максимуму, а чужие - по минимуму или вообще их в расчет не беру, то это **Подавление**, или противоборство. (Внимание! Эта линия поведения вовсе не подразумевает грубую форму!).

- **Компромисс** – это когда каждый из участников конфликта чем-то жертвует, чтобы что-то получить. Это взаимоуступка;

- и, наконец, **Сотрудничество** – такое поведение в конфликте, когда интересы каждого из участников учитываются по максимуму.

Сказать, какая линия поведения эффективна, можно только **ДОСКОНАЛЬНО** проанализировав, продумав все, что касается ситуации конфликта и его участников.

Итоговый вывод:

Сегодня мы с вами узнали, что такое конфликт и откуда он берется. Любой конфликт – это маленькая война, которая может нести и затяжной характер. А любая война только разрушает. Поэтому наша задача - не провоцировать конфликт и уж тем более не «подогревать» его и «не подливать масла в огонь». Но если уж конфликт вспыхнул, надо искать выход из него, ведь после преодоления конфликта человек становится мудрее. Хочу завершить наше занятие двумя афоризмами. Это китайские пословицы: «Причина любой войны – в незнании ее результатов». И вторая: «Лучший способ выиграть войну – это избежать ее». Давайте чаще вспоминать эти мудрые слова. Спасибо вам за работу! Удачи вам в разрешении и, главное, предупреждении всех конфликтов в вашей жизни!

Занятие 11

«Дороги»

Цель: Формирование активной жизненной позиции.

Задачи: осознание собственного позитивного жизненного опыта.

Форма работы: индивидуальная

Инструментарий: Бланк «Настроение» (Приложение 1), альбом «Это Я?!!»), колода метафорических карт «Пути-Дороги», карандаши, Протокол наблюдения специалиста (Приложение 2)

Вводная часть

Беседа и обсуждение с подростком его состояния на данный момент: о чувствах, мыслях и эмоциях, что изменилось с момента последней встречи. Обсуждение выполненного/невыполненного домашнего задания, заполнения дневника самонаблюдения. Выполненная работа вклеивается в альбом. Заполнение бланка «Настроение».

Основная часть

Упражнение «Пути и дороги»

Педагог-психолог предлагает подростку метафорические ассоциативные карты «Пути-Дороги» картинкой вниз, из которых он выбирает любые семь карт. Раскладывает их в вольном порядке перед собой и переворачивает.

Далее педагог-психолог обсуждает с подростком каждую картинку: что ребенок видит на ней. Какая это дорога, какие чувства у него возникают при ее рассмотрении, куда она ведет. Затем просит выбрать одну, которая ему больше всего понравилась, выложить ее на лист в альбоме и дорисовать ее - куда она приведет и самого себя на ней. Важно проговорить тот ресурс, который подросток обозначит.

Заключительный этап

Рефлексия подростком полученного опыта на занятии, заполнение бланка «Настроение».

Занятие 12

«Мое будущее»

Цель: Закрепление и применение полученного опыта.

Форма работы: индивидуальная

Инструментарий: Бланк «Настроение» (Приложение 1), альбом «Это Я?!», Песочница, игрушки, Протокол наблюдения специалиста (Приложение 2).

Вводная часть.

Беседа и обсуждение с подростком его состояния на данный момент: о чувствах, мыслях и эмоциях, что изменилось с момента последней встречи. Обсуждение выполненного/не выполненного заполнения дневника самонаблюдения. Заполнение бланка «Настроение».

Основная часть

Упражнение «Мой мир»

Данное упражнение выполняется в технике песочной терапии. Педагог-психолог

предлагает подростку на песочнице создать «свой мир». Специалист предлагает подростку из имеющихся игрушек выбрать фигурку, которая будет похожа на него, и расставить другие необходимые фигурки для создания гармоничного мира. Педагог-психолог проговаривает с подростком о всех фигурках в песочнице: кто они? Что они делают в этой стране? Как взаимодействуют друг с другом? Кто из них является другом для главной фигурки? Важно помочь подростку проигрывать социально одобряемые стили взаимодействия между этими игрушками, применяя полученный опыт из пройденных ранее упражнений.

Если специалист не владеет техниками песочной терапии, то данное упражнение можно выполнить в техниках коллажа или с помощью метафорических карт.

Заключительный этап

Рефлексия подростком полученного опыта на занятиях, заполнение бланка «Настроение».

Занятия для родителей

Занятие 1

«Мой стиль родительства»

Цель: осознать плюсы и минусы существующего типа поведения и быть готовыми к его коррекции в случае необходимости.

Задачи:

рассмотреть модель стилей родительства по Я. Ньюбергер и понять, какому стилю отдается предпочтение, проверить эффективность привычной модели в воспитании детей, общении с ними;

Форма работы: индивидуальная.

Материалы и оборудование: листы с описанием типов родительства.

Вводная часть

Предлагается родителю познакомиться с описанием типов родительства и ответить на вопрос о том, какой из них вы предпочитаете, в каком чаще находитесь в семейной жизни.

Проиллюстрируйте каждый из типов рисунком, в котором одна и та же проблема воспитания подается через иной тип родительского восприятия.

Обсудите с родителем эффективность каждого из типов в каждом представленном художественном образе.

Основная часть

Информационный блок

Профессор Я. М. Ньюбергер (США) предложила классификацию, в которой представлены 4 уровня родительских реакций, родительского восприятия, выстраивания отношений с ребенком.

Четыре типа родительского восприятия по я. М. Ньюбергер

1. «Собственник»

Эгоцентризм в принятии и отношении к ребенку. Ребенок – как приложение к моей личности. Он ведомый и организуем мною, родителем, и не имеет самостоятельного значения: «Он принес мне двойку!», «Смотри, не заболей мне!!!», «Не вздумай у меня выскочить замуж!», «Когда я больна, он уходит себе на работу!».

В этих примерах родитель видит ребенка через призму своих собственных интересов, желаний, эмоций, с точки зрения «себя любимого».

2. «Ни в одной другой семье!»

Родитель видит ситуацию в сопоставлении своего чада с принятой нормой. «Мой ребенок в сопоставлении с ребенком соседей, родственников, друзей, мальчиком/девочкой из “Букваря” или книжки “Современный этикет”». Норма задается, исходя из «что такое хорошо, что такое плохо», установленными кем-то внешним (окружением, родственниками, обществом, примерами из газет...).

«Ни в одной другой семье ребенок не проводит столько времени у телевизора!», «Она у меня точь-в-точь как ваша Настенька!», «Что ты надел?! Посмотри, как выглядит Олег!!!», «Если ребятам из твоего класса этот праздник интересен, так что же ты нос-то воротишь?!», «У всех – дети как дети, только мой...».

3. «Моему ребенку необходимо...»

Этот тип интерпретации действительности родителем характеризуется следующими цитатами из репертуара пап и мам:

«Мой сын обязан учиться на этом курсе. Вы не можете его не принять!», «Что значит, что в вашем клубе нет кружка балета?! Что же ей – ездить за пять километров в центр города?», «Перестаньте говорить глупости! Моей дочке такой тренер по гимнастике не нужен!!!».

Родители видят ситуацию как организаторы решения особых проблем, созданных на пути их любимого чада. Школа, клуб, общество ОБЯЗАНЫ обеспечить для их ребенка...

4. «Поживем – увидим...»

Этот стиль родительства воспринимает все, происходящее с ребенком, как фрагмент единого процесса, называемого «детская жизнь». Реакция следует в зависимости от конкретной ситуации, в которой и ребенок (автономная психофизическая система), и родитель (человек гибкий, меняющийся, учащийся и всякий раз иначе отвечающий на вопросы: что? где? как? почему? зачем?) оказались. При этом существует понимание того, что есть наши желания и идеи, есть и жизнь – у нее свои, особенные, законы.

«Жизнь полна импровизаций!», «Что ты думаешь по этому поводу?», «А если мы попробуем поступить так?..», «Этот вопрос нужно бы хорошенько обдумать!», «Сынок, запомни, в жизни все было и все может быть!»

Заключительный этап

Упражнение «Родительский багаж»

Ведущий напоминает участнику знакомую метафору жизни как путешествия, дороги. Понятно, что в этом путешествии мы – родители – воспринимаем себя теми, кто сопровождает детей. Конечно, в различном возрасте смысл сопровождения иной: от

сборов в дорогу, составления маршрута до физического сопровождения в пути! Для взрослых детей наше родительское общество уже не так очевидно необходимо и не всегда желательно...

Но так или иначе, образ жизненного пути, сборов в дорогу дает нам возможность сегодня заняться проверкой того, что есть в нашем родительском багаже.

Инструкция:

Составьте список:

- ценностей;
- личных качеств;
- знаний;
- умений;
- навыков;
- материальных ресурсов, которыми вы обладаете как родитель! Сформируйте ваш собственный РОДИТЕЛЬСКИЙ БАГАЖ!

Подумайте и составьте дополнительный список того, что, по вашему мнению, облегчит ваше совместное с ребенком «путешествие по жизни», но что по каким-то причинам не присутствует в вашем багаже!

Вопросы для обсуждения:

- Есть ли на вашем рюкзаке/ багаже какие-то особенные отличительные знаки, символы, чтобы не перепутать его с багажом других путешественников?
- В вашем багаже оказались только хорошие, «положительные», любимые вещи или что-то, что вы хотели бы оставить дома и не брать с собой?
- Готовы ли вы загрузить в свой родительский багаж килограммы сомнений, неуверенности, злости, растерянности, беспомощности?
- Как вы будете нести этот рюкзак в жизненном путешествии? Есть ли кто-то, с кем вы готовы разделить свою ношу?
- Есть ли в вашем рюкзаке место для новых знаний, впечатлений, чувств, нового опыта?
- Чего недостает в вашем багаже? Что вы считаете необходимо добавить? Без чего вы готовы обойтись?
- Если бы члены вашей семьи помогали вам собирать рюкзак, чтобы они предложили вам положить/ вытащить и оставить из вашего родительского багажа?

Рефлексия.

Занятие 2

«Детство»

Цель: определение и формирование ценностей семьи. Укрепление родовых связей.

Форма работы: индивидуальная

Упражнение «Назад в детство»

Родителю предлагается одна из ситуаций взаимодействия между родителями и детьми и дается задание представить себя на месте ребенка. Для «погружения» лучше всего подходит метод визуализации, с закрытыми глазами.

Пример текста для визуализации. *«Сядьте удобно, расслабьтесь. Почувствуйте опору всем телом. Дышите ровно. Если Вас что-то беспокоит или напрягает, исправьте*

это прямо сейчас. Закройте глаза и попытайтесь прислушаться к своему дыханию. Дыхание глубокое, ровное и спокойное. Почувствуйте приятную тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство, в то время, когда вы были маленькими. Представьте приятное летнее утро, вам 7 лет. Вы можете представить себя в том возрасте, когда вы лучше себя помните. Вы идете по улице. Вашего лица касается легкий летний ветерок, он играет с вашими волосами. Рассмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. У Вас прекрасное настроение, вы в предвкушении чудесного дня, рядом с вами близкий человек. Посмотрите, кто это. Вы берете его за руку и чувствуете его надежное тепло. Затем вы отпускаете руку и весело убегаете вперед, но не далеко, ждете своего близкого человека и снова берете его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете голову и видите, что держите за руку совсем другого, незнакомого человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему и снова, держась за руки, идете дальше и вместе смеетесь над тем, что произошло. А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату. Когда вы будете готовы, откройте глаза».

В этом сюжете актуализируется чувство привязанности и переживание потери, хотя и мгновенной, близкого человека. Ситуация может пробудить в участниках тренинга как теплые, так и тревожные чувства, она позволяет побыть ребенком и осознать, что значит присутствие надежного, как велика его роль для формирования уверенности в жизни.

Рефлексия.

Обсуждение представленного образа, вывод.

Занятие 3

«Понимать и быть понятым»

Цель: развивать умение невербального общения.

Форма работы: индивидуальная

Упражнение.

Беседа «Невербальное общение и его воздействие на ребёнка»

Важными моментами в выстраивании доверительных отношений, повышении уровня эмоционального контакта и привязанности между родителями и детьми, предупреждении конфликтов в семье является понимание азоров позитивного общения, в том числе с применением техник активного и пассивного слушания, умения передавать и принимать информацию невербально: через взгляд, мимику, позу, интонацию и т.д. Часто общение между родителями и детьми носит поверхностный характер, ограничивается общими вопросами.

В ходе беседы предлагается обсудить с родителями привычные формы общения в семье, задать вопросы родителю об интересах ребенка, его предпочтениях, круге общения и т.д. На данном этапе может обнаружиться, что родители знают о своих детях весьма общую информацию.

Упражнение (тест)

1. У вашего ребенка для его возраста слабо развито чувство времени и способность его рассчитывать.
2. Ему трудно следовать словесным указаниям, даже если он очень старается слушаться.
3. Ребенок плохо вписывается в компанию сверстников, предпочитая одиночество или игры в обществе детей помладше.
4. У вашего ребенка сложности с личным пространством. Его часто упрекают за то, что он цепляется за других детей или вечно путается под ногами.
5. Ребенок отличается крайней застенчивостью и всегда один.
6. Его часто дразнят другие дети за внешность или манеру поведения.
7. Учительница утверждает, что у вашего ребенка проблемы с общением в школе.
8. Ребенку трудно взаимодействовать с другими детьми; общение часто заканчивается обидами и ссорами.
9. Ваш ребенок слишком агрессивно ведет себя по отношению к другим детям и не учится на ошибках.
10. Вам кажется, что ребенок слишком пассивен и постоянно подлизывается к другим детям, стремится им понравиться.

Положительный ответ на несколько пунктов дает повод обратиться к специалисту.

Беседа «Активное слушание»

Пять принципов активного слушания:

1. *Назовите переживание ребёнка «по имени».* Когда ребёнок расстроен, обижен, испуган или просто устал, самое главное — дать ему понять, что вы слышите его и знаете о его переживании. Для этого нужно озвучить, что, как вы поняли, он сейчас чувствует. Именно это и означает «активно выслушать». На возмущённое «Он отнял мою машинку!» можно сказать привычное и, казалось бы, успокаивающее «Ну ничего, поиграет и отдаст». Или просто назвать его чувства: например, сказать: «Ты очень огорчён». Вот только в первом случае вы показываете ребёнку, что его чувства не важны, оставляя его наедине с его обидой. Ему приходится доказывать, что тут есть из-за чего расстраиваться — и он продолжает плакать и кричать. Вторая фраза даёт ему понять — мама с ним, рядом, она слышит и понимает его.

2. *Повернитесь к ребёнку лицом.* Когда вы хотите выслушать ребёнка, ваши глаза должны быть на одном уровне. Если ребёнок маленький — можно присесть рядом с ним или взять его на руки. Важно показать, что всё ваше внимание безраздельно принадлежит ему. Разговор не получится, если вы будете смотреть на ребёнка сверху вниз или возиться на кухне, иногда оглядываясь через плечо. Ваше положение по отношению к нему и ваша поза — первые и самые сильные сигналы о том, насколько вы готовы его слушать и услышать. Эти сигналы бессознательно считывает ребёнок любого возраста, и вы не сможете активно выслушать его, попутно смотря телевизор или читая газету.

3. *Не задавайте вопросов.* Вопросы — не самый лучший способ выразить сочувствие. Как часто на вопрос «Что-то случилось?» мы слышим «Ничего!». Сказанное так, что становится ясно — да, случилось, но это история не для ушей такого бесчувственного человека. Расстроенному ребёнку может показаться, что родитель интересуется внешней стороной истории и не хочет вникать в его переживания. Утвердительные фразы, пусть даже ошибочные, выражают то, что родитель настроился на «эмоциональную волну» ребёнка и старается его понять. Так, на реплику «Не буду больше водиться с Петей» правильной реакцией будет заключение «Ты на него обиделся», а не

вопросительные «Что случилось?» или даже «Ты что, на него обиделся?». Даже если просто утвердительно сказать: «Что-то случилось...», ребёнку будет легче начать рассказывать о своих обидах.

4. *Делайте паузы.* Если ребёнок после вашей реплики молчит — не засыпайте его своими предположениями и замечаниями. Пауза даст ему время подумать, разобраться в своих переживаниях и почувствовать, что вы рядом и никуда не спешите.

5. *Не бойтесь ошибиться,* делая предположения о душевном состоянии ребёнка и причинах его переживаний, вы можете ошибиться. Этого не нужно бояться: ребёнок сам вас поправит и всё равно расскажет больше, чем отвечая на стандартные вопросы. Беседуя с ним, вы постепенно нащупаете, что именно заставляет его чувствовать себя расстроенным. А он, в свою очередь, успокоится, так как почувствует ваше внимание и желание его понять. При этом нужно стараться придерживаться метода активного слушания на протяжении всего разговора. Иногда достаточно просто повторить слова ребёнка, немного их перефразировав (чтобы ему не показалось, что его передразнивают). Например, на заявление ребёнка, что он «больше не будет водиться с Петей», можно сказать «ты не хочешь с ним больше дружить». А затем попробовать предположить почему: например, сказать: «Ты на него обиделся».

Рефлексия.

Занятие 4 *«Дорога домой»*

Цель: формировать положительный эмоциональный настрой во взаимодействии с членами семьи, восстановление и укрепление семейных связей.

Форма работы: индивидуальная.

Беседа «Семья и ее ресурсы»

В данной беседе важно раскрыть, что наиболее успешно справляются с жизненными трудностями и переживают кризисные ситуации люди, у которых были хорошие взаимоотношения с собственными родителями, в которых его, как ребенка, принимали и поддерживали любящие родители. В таких семьях царят взаимоуважение, совместная деятельность, понимание индивидуальности каждого члена семьи, распределены роли. Семейные ресурсы отличаются от индивидуальных, и формируются в процессе совместного проживания семьи. В ходе беседы ведущий интересуется мнением родителя об его понимании ресурсов семьи в общем и конкретном случае, в частности и раскрывает понятие «семейные ресурсы» и их виды.

Домашнее задание. Написать перечень ресурсов своей семьи.

Рефлексия.

«Тренинг родительской компетенции»

Цели и задачи: познакомить участников группы друг с другом.

Установить правила работы тренинга. Способствовать созданию в группе рабочей атмосферы доверия и комфорта.

Форма работы: группа

Оборудование: ватман 3-5 листов, маркеры, писчая бумага, раздаточный материал, материал для проведения упражнений. Ведущие: 1 тренер и 1 со-тренер.

Вводная часть

Упражнение «Снежный ком»

Ход упражнения: Участники по очереди называют свое имя вместе с каким-либо прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Следующий по кругу должен назвать предыдущих участников, а затем себя. Таким образом, чем дальше по кругу, тем больше придется называть имен с прилагательными. Это облегчит запоминание и разрядит обстановку.

Совместная выработка правил работы группы.

Примерный список правил группы:

Рекомендуется выработать свод правил совместно с группой, зафиксировав его на ватмане и размещать его на видном месте на каждой встрече. Совместная выработка правил упростит их соблюдение членами группы, сделает причастным каждого участника к заключению своего рода договора о том, как будет функционировать группа.

1. Конфиденциальность (информация с тренинга не выносится за тренинговую группу).
2. Искренность в общении и правило сказать «нет».
3. Обращение по имени или на «ты».
4. Я – высказывание (говорить от 1-го лица).
5. Безоценочность суждений (не критиковать участников тренинга).
6. Уважать мнение друг друга.
7. Быть активными (все участвуют в упражнениях).
8. Внимательно слушать друг друга.
9. Не перебивать говорящего.
10. Выключить телефоны.
11. Пунктуальность.

Упражнение «Опасения и ожидания...»

Материалы: ватманы, маркеры, стикеры (самоклеящиеся цветные бумажки) и фломастеры.

Данное упражнение может выполняться разными способами.

В соответствии с одним из них участникам группы предлагается озвучить и записать свои ожидания и опасения от тренинга. Все высказывания фиксируются на ватмане. Это делается для того, чтобы в заключение цикла встреч проанализировать, какие ожидания и опасения участников оправдались, какие нет и почему, а также на все ли вопросы были получены ответы. К данным записям можно периодически возвращаться с целью коррекции программы тренинга в случае необходимости.

Упражнение «Десять заповедей»

Библейские десять заповедей веками считаются одним из важных нравственных кодексов человека. Две из знаменитых заповедей самым непосредственным образом касаются семьи, супружества и родительства: чти отца и мать свою, запрет на прелюбодеяние.

А какие 10 заповедей определяют образ жизни вашей семьи. В чём заключается родительский кодекс отношений, какие ценности являются в вашем доме непреходящими?

Каждый из участников получает лист бумаги и ручку с тем, чтобы через 15-20 минут познакомить присутствующих с заповедями собственной семьи.

Обсудив результаты, можно раздать каждому 10 заповедей Януша Корчака и обсудить их.

Януш Корчак — выдающийся польский педагог, писатель, врач и общественный деятель, который отказался спасти свою жизнь трижды.

В первый раз это произошло, когда Януш принял решение не эмигрировать в Палестину перед оккупацией Польши, чтобы не оставлять «Дом сирот» на произвол судьбы накануне страшных событий.

Во второй раз — когда отказался бежать из варшавского гетто.

А в третий — когда все обитатели «Дома сирот» уже поднялись в вагон поезда, отправлявшегося в лагерь, к Корчаку подошел офицер СС и спросил:

— Это вы написали «Короля Матиуша»? Я читал эту книгу в детстве. Хорошая книга. Вы можете быть свободны.

— А дети?

— Дети поедут. Но вы можете покинуть вагон.

— Ошибаетесь. Не могу. Не все люди — мерзавцы.

Через несколько дней в концлагере Трешлинка он вместе с детьми из «Дома сирот» вошел в газовую камеру. По дороге к смерти Корчак держал на руках двух самых маленьких детей и рассказывал сказку ничего не подозревающим малышам.

Этот потрясающий человек составил 10 принципов воспитания детей, которые стоит знать каждому:

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помогите ему стать не тобой, а собой.

2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот — третьему, и это необратимый закон благодарности.

3. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.

4. Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам, и будь уверен — ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть, и больше, поскольку у него нет опыта.

5. Не унижай!

6. Не забывай, что самые важные встречи человека — его встречи с детьми. Обращай больше внимания на них — мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребенке.

7. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка, просто помни: для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все возможное.

8. Ребенок — это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, не только плод от плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение

и развитие в нем творческого огня. Это раскрепощенная любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш», «свой» ребенок, но душа, данная на хранение.

9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.

10. Люби своего ребенка любым — неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним — радуйся, потому что ребенок — это праздник, который пока с тобой.

Упражнение «10 родительских высот»

Разделить родителей на группы по 2-3 человека.

Задание в группе: В течение 15 минут назвать и записать, а в последствии представить каждой группе 10 качеств, свойств, умений, которые позволяют определить человека как «эффективного родителя».

Всей группой составляем «родительскую профессиограмму», обсуждаем результат и предлагаем родителям в индивидуальном порядке проверить наличие этих качеств у себя. В итоге работы участники делятся впечатлениями:

1. Насколько ваши личные идеи получили подтверждение и поддержку в ходе группового обсуждения?
2. Большой ли разброс мнений представлен в группе? О чём это говорит? Какова реакция на безумные идеи? Получили ли возможность высказаться те, чье мнение отличалось от общепринятой точки зрения?
3. Какие родительские качества, умения, свойства вызвали особенные споры при составлении «профессиограммы»?
4. Если бы сейчас ваше мнение не было ограничено групповым соглашением, то какую позицию в представленном группой списке вы бы изменили: убрали, добавили, переименовали?
4. Почему вы хотите произвести эти изменения?
5. Что мешало сделать это в ходе групповой дискуссии?

Домашнее задание: подготовить коллаж «Моя семья» (можно провести как упражнение с группой тренинге).

Рефлексия.

Занятие 5 с элементами тренинга

«Секретный вопрос»

Цель: Повышение уровня информированности родителей по вопросам воспитания детей

Форма работы: группа

Вводная часть

Упражнение «Здорово, что мы вместе!»

Участники тренинга называют свое имя и пытаются в течение 3–5 минут представить свою встречу с лучшей подругой, самым закадычным другом... Просим затем рассказать группе о том, как происходит воображаемая встреча. Как вы даете понять вашему другу/подруге, что он вам дорог? Какими эмоциями окрашена ваша встреча? Вспомните выражение лица, жесты, слова, которые вы говорите, тон разговора...

Когда круг пройден, и все желающие поделились с группой своей историей, давайте обратимся к участникам встречи с вопросом: так ли они встречают своих детей? Похожей

ли радостью, «комплементарностью» со знаком «+», безусловным приятием окрашено наше общение с любимой дочерью или сыном?

Обсуждение этого задания проходит обычно очень бурно и эмоционально. Часто участники тренинга чувствуют в итоге упражнения острое чувство вины из-за того, что детям недодается сердечного тепла, любви, поддержки. Тренер обязан успокоить и поддержать родителей, предложить им вместо неконструктивного чувства вины нацелиться на изменение своего отношения к ребенку, вспоминать опыт пройденного упражнения всякий раз, когда происходит встреча родитель – ребенок. Когда есть возможность сказать, показать, насколько дороги нам наши дети, как любим мы их, не упускать этот шанс дать понять ваши чувства: «Здорово, что мы вместе, что ты есть у нас!»

Основная часть

Упражнение «Задай мне вопрос»

Ведущий предлагает участникам группы подумать и записать на листке три вопроса, связанные с родительством, семейным воспитанием. Это могут быть вопросы к конкретному человеку в группе или ко всем участникам либо вопросы «вообще», не обращенные ни к кому специально, но заботящие участника...

После того, как вопросы записаны, ведущий предлагает каждому по очереди задать свой вопрос. Выслушивается ответ того, кому вопрос был задан, или же тех, кто готов на него ответить. По завершении первого круга вопросов приглашаем группу к обсуждению второго круга. Даже если упражнение затянулось и нет времени услышать и ответить на все три вопроса, задача уже достигнута: каждый сфокусирован на актуальных задачах своего родительства. Обдумывая свои вопросы-ответы, участники группы вовлечены в размышления о том, что происходит в их семьях!

Возможные вопросы:

- Как бабушки-дедушки участвуют в вашей семье в воспитании детей?
- Что делать, если младший брат постоянно колотит старшего?
- В какие кружки вы посоветуете записать моего сына?
- Дочка не отлипает от компьютера. Помогите! Не знаю, что делать!!!
- Как быть интересной для своего ребенка?
- Дочка не засыпает, если мы не укладываем ее в постель вместе с собой. Это, наверное, плохо?
- Как вы решаете дома вопрос с карманными деньгами?
- Мой – такой модник, что ползарплаты уходит на его одежду. Что делать?
- Сын спросил, люблю ли я по-прежнему его отца, моего мужа... А мы решили подавать на развод... как быть?
- Нужно ли платить ребенку за выполнение домашних обязанностей: вынес мусор, помыл машину, убрал квартиру?..

Как видно из примеров, вопросы, задаваемые в группе, очень конкретны. Порой на их базе внимательный ведущий может выстроить разнообразную, а главное – актуальную для конкретных родителей программу встреч.

Заключительный этап

Вопросы для рефлексии.

- Нашли ли вы ответы на свои вопросы?

- Кажется ли вам прошедшее упражнение полезным, важным, актуальным? Что вы думаете по поводу своего участия в обсуждении?
- Были ли заданы вопросы, услышаны ответы, с которыми вы солидарны? Были ли ответы, с которыми вы категорически не согласны, и почему? Как относиться к такой ситуации неприятия?
- Было ли что-то, что вас удивило в ходе упражнения? Что обрадовало? Заставило задуматься?

Практические занятия для педагогов, работающих с несовершеннолетними, пострадавшими от жесткого обращения и преступных посягательств

Встреча 1

«Поведение и действия педагога в кризисных ситуациях» (лекция)

Потребность в безопасности и защите – является одной из базисных, доминирующих потребностей. К ней относятся потребности в организации, стабильности, законе и порядке, в предсказуемости событий и в свободе от таких угрожающих факторов, как болезнь, страх, хаос. Отсутствие чувства безопасности делает человека тревожным и недоверчивым. Особенно важны безопасные и стабильные условия для ребенка, который во многом зависит от взрослых как в своих действиях, так и в возможностях справиться с той или иной ситуацией. Безопасная школа должна обеспечить решение не только образовательных задач, но и удовлетворение этой базисной потребности, являющейся основополагающей для функционирования как отдельного ребенка, так и всего школьного сообщества.

Эффективное поведение в ситуации кризиса уменьшает его негативное влияние на обучение и психическое здоровье, а также помогает как можно быстрее вернуться к нормальному существованию и предотвратить появление психосоциальных проблем. Школа может сталкиваться с разными типами кризисных ситуаций. Одни из них локальны и касаются только учеников и школьного персонала (такие, как переживание утраты в связи со смертью ученика, преподавателя), другие носят более глобальный характер (стихийные бедствия, война и т.д.).

Внешние триггеры (ситуации, которые могут запустить кризисное состояние):

- трудности в семье (конфликты, кризисы, насилие, изоляция и др.);
- стресс в школе;
- травля (буллинг);
- переживания из-за финансового положения семьи;
- сексуальное, физическое или эмоциональное насилие;
- тяжелая утрата;
- разрыв отношений;
- болезнь и проблемы со здоровьем;
- низкая самооценка;
- сложные переживания (депрессия, тревога, ярость или отрешенность);
- психологические травмы и др.

Возрастные особенности переживания кризисных состояний

В *возрасте от 5 до 11 лет* особенно тяжело справиться с изменением и утратой. К тому же у них еще нет собственных навыков совладания с ситуацией, поэтому они практически полностью зависят от взрослого. После травматического события могут наблюдаться возвращение на более ранние поведенческие стадии, изменения режима питания и сна, необъяснимые боли, жалобы на плохое самочувствие, непослушание, гиперактивность, речевые нарушения, агрессия, отстранение. Ребенок может снова и снова, преувеличивая, рассказывать о травматическом событии. К другим типичным для этого возраста реакциям относятся страх сепарации (утраты) с родителями, беспричинный плач, неподвижность и/или повышенная возбудимость.

В дополнение могут проявиться страх школы, замкнутость, трудности концентрации, разрыв с прежними друзьями — комплекс школьных и поведенческих проблем.

В *подростковом возрасте* повышается риск обращения к неадаптивным формам совладания со стрессовой ситуацией — алкоголю, наркотикам.

Переживания беспомощности и нестабильности мира могут быть очень болезненны в этом возрасте: эмоциональное оцепенение, проблемы в общении со сверстниками, депрессивные проявления, антисоциальное поведение, проблемы в обучении, суицидальные мысли, избегание каких-либо напоминаний о травматическом событии.

Основные действия в сопровождении при кризисной ситуации

1. Снижение темпа. Переживание – это процесс, происходящий вовремя, часто, весьма длительный процесс. Ребенок, находящийся в кризисной ситуации, переполнен множеством чувств, мыслей, воспоминаний. Необходимо время, чтобы ребенок принял, пережил и интегрировал – «вобрал в себя» – свой собственный опыт. Часто сопровождающему кажется, что ситуация требует быстрого вмешательства и активных действий. Однако нужно сбавить темп. Эта задача осложняется тем, что обратившийся ребенок сам находится в суетливом настроении и просит активных действий. В таком случае важно говорить с ним про процесс переживания и как он устроен, если это необходимо.

2. Беседа. Один из ключевых методов в работе с кризисом - *вербализация эмоционального опыта ребенка*, то есть облечение состояния в слова. Высказывание собеседником своего внутреннего опыта, а также вербализация этого опыта слушателем приводят к тому, что первый начинает глубже переживать и осознавать то, что с ним происходит, свои чувства и свое отношение к окружающим, тем самым, проживая кризис.

Часто, описывая ситуацию, ребенок в кризисе не заостряет внимание на том, что он переживает, чувствует, ощущает в тот или иной момент, он просто рассказывает "сценарий", схему событий. Задача сопровождающего "замедлить" ход событий и раскрыть психологическое содержание, их наполняющее, – чувства и желания, появляющиеся и сменяющие друг друга на протяжении всей ситуации, возникающие физические ощущения, отношение к происходящему (поступкам действующих лиц, собственному поведению, собственному положению и т.д.) в каждый момент ситуации.

Сопровождающий может задавать прямые открытые вопросы: "Что ты почувствовал(а) в тот, момент, когда он(а) это сказал(а)?", "Как ты относишься к тому, что произошло?", однако часто предпочтительнее использовать более мягкие способы, например, техники вербализации в виде закрытых вопросов "Наверное, в этот момент тебе было не по себе", "Я думаю, очень обидно слышать такие вещи".

Кроме этого, вопросы можно разделить на две группы. Первая группа включает вопросы, которые направлены на выяснение содержания: "Как ты себя чувствовал(а)?", "Что ты ощущал(а)?", "Какие чувства ты испытывал(а)?" и т.д. способствуют сохранению

ребенка в "режиме переживания". Другая группа включает вопросы, которые предназначены в основном для поиска причинно-следственных связей, а потому отвлекают ребенка от переживания своего чувственного опыта в пользу рационализирования: "Почему ты обиделся на него", "Зачем тебе это нужно?". Задавая "причинные вопросы" происходит перескакивание через этап переживания чувств на этап поиска смысла, что приводит к неполноценным результатам.

Одна из основных задач в данный период – это больше слушать ребенка, чем говорить. Ему важно выговориться о ситуации, важно, чтобы кто-то был рядом, важно чувствовать поддержку, и не оставаться с этой ситуацией в одиночку. А также относится ко всем его высказываниям и состояниям как к *нормальной* реакции на трудную ситуацию жизни.

Бывает, что ребенок не решается начать разговор. Если это так, можно попытаться спросить его, как он думает, чувствует, что думают другие ребята о происшедшем. Ребенку может оказаться легче сначала рассказать, что произошло, что он слышал, видел, ощущал, прежде чем поведать о своих чувствах. Иногда ребенок будет пытаться рассказать эту историю снова и снова. Помните, что пересказ — часть процесса исцеления.

3. Выражение эмоций. "Разговор о чувствах" обычно сопровождается тем или иным внешним выражением этих чувств: ребенок может начать плакать, злиться и пр. Иногда сопровождающий старается не говорить на болезненные темы, чтобы не вызвать эти реакции. В житейских представлениях о психологической помощи существует мнение, что в кризисной ситуации не надо причинять дополнительную боль, а напротив – успокаивать ребенка. Однако, существует принцип, согласно которому сопровождающий находит эти болезненные области и помогает ребенку в кризисе их вербализовать (облечь в слова, проговорить). Это приводит к действительному эмоциональному освобождению, а не временной остановке. Это приводит к полному проживанию ситуации, и предотвращению затягивания кризисного состояния.

Спрашивайте, что больше всего беспокоит ребенка, отслеживайте изменения в его поведении и эмоциональном состоянии, не бойтесь сказать ребенку, что вы не знаете, что будет дальше. Говорите о неопределенности и непонятности, но также и о силе страны и ее народа, используйте исторические примеры. Часто важнее ваше слушание ребенка, эмпатическое и терпеливое, ваше участие.

Под эмпатией понимается способность сопереживать, чувствовать то, что чувствует другой человек, видеть мир его глазами. Эмпатия не допускает формального отношения к человеку. Развитие эмпатии предполагает возможность выйти за пределы традиционных взаимоотношений и проникнуть в глубину человеческого состояния. Когда эмпатия объединяется с искренним стремлением усилить веру человека в кризисе в себя, в свои собственные возможности, возникают изменения.

4. Принятие. Успех кризисной помощи зависит от того, насколько будет создана атмосфера, соответствующая ситуации "человек – человек". Это означает, что сопровождающий проявляет свое человеческое отношение к ребенку и его ситуации.

Принятие – вот ключевое слово настоящего правила. Принятие заключается в том, что сопровождающий предоставляет ребенку, пришедшему к нему, ряд прав:

- право на любые чувства и желания;
- право на свое мировоззрение;
- право на выбор собственной судьбы.

В связи с этим споры, убеждения типа "Что такое хорошо, и что такое плохо", а также попытки оградить ребенка в кризисе от неправильного поведения, "спасение",

отвлечение и т.д. – неуместны, так как свидетельствуют о том, что сопровождающий не принимает ни эмоциональной реакции ребенка, ни его представления о мире и своем месте в этом мире и, вообще, старается повести его по пути, который кажется для сопровождающего, более благоприятным (если это не угрожает жизни ребенка).

Уважайте потребность побыть одному в случае, если ребенок уединяется и не хочет общаться; если он не может усидеть на месте, дайте ему возможность подвигаться (хотя бы отправьте за мелом).

Одно из главных условий — это испытывать и демонстрировать принятие собеседника. Слово "принятие" означает "безусловное позитивное внимание к собеседнику", цель которого – создание атмосферы безопасности. Принятие также можно определить, как *уважение права* собеседника на его собственные чувства, мысли, поведение, взгляд на мир. Принятие также имеет характер отношения к чувствам, желаниям и поступкам ребенка как к *естественным* в данной кризисной ситуации для него. Поэтому демонстрируя свое принятие ребенка, сопровождающий говорит о *естественности чувств*, которые испытывает ребенок, об их *приемлемости и адекватности*: «Это не патология, а *нормальная реакция* на ненормальные обстоятельства».

Этим самым нейтрализуются переживания по поводу переживаний и разрывает замкнутый круг. В результате ребенок принимает то, что с ним происходит, то есть позволяет себе испытывать чувства, говорить о них, переживать и осознавать их, что способствует благоприятному переживанию кризиса.

Таким образом, создание как можно более безопасной атмосферы, работа с переживаниями, помощь в выражении эмоций, понимании, что все чувства имеют право на существование и нормальны в столь тяжелой ситуации, в том числе и вина, боль, которую они чувствуют, и одиночество, и страх, является одним из ключевых действий сопровождения ребенка в кризисе.

При контакте с учащимся в кризисном состоянии следует соблюдать баланс между дистанцией и близостью, между эмпатией и уважением. Часто, например, подростки могут высказывать удовлетворенность беседой, что усыпляет бдительность окружающих. В конце беседы следует проигрывать поведение ребенка в будущих кризисных ситуациях или неразрешенной текущей. Если вы чувствуете, что ребенок находится в стадии риска, самое лучшее, что вы можете сделать для себя, это не заниматься этим один на один. В это должны быть вовлечены другие люди (родители, законные представители, родственники, специалисты службы охраны психического здоровья – детские психиатры, психотерапевты, психологи).

Встреча 2

«Первая помощь»

При оказании помощи подросткам в кризисном состоянии рекомендуется использовать следующие способы и приемы.

1. **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.

2. **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.

3. **Установление логических взаимосвязей.** Полезно вместе с ребенком устанавливать последовательность событий, выявлять влияние внутренних (субъективных) факторов на происходящее и их взаимосвязь. Данный способ позволяет расширить и уточнить понимание проблемы.

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

5. **Самораскрытие.** Важно косвенно побуждать подростка «стать самим собой». Психолог может делиться собственным личным опытом, выражает терпимое отношение к различным высказываниям, чувствам ребенка.

6. **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.

7. **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, поступки) по крайней мере три раза.

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

9. **Эмоциональное заражение.** При установлении доверительных отношений можно стать образцом для эмоциональной идентификации. За счет этого можно поменять (откорректировать) эмоциональное состояние ребенка, заражая его собственным эмоциональным настроением.

10. **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. Внимательно наблюдать, сочувствовать, понимать, но не присоединяться к чувствам консультируемого.

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

12. **Повышение энергии и силы.** Этот способ нужно применять, когда ребенок чувствует себя обессиленным, «выжатым», демонстрирует отсутствие сил (энергии). Конкретные двигательные упражнения, перевоплощение, мысленное «подключение» к различным источникам энергии – эти приемы позволяют повысить активность и работоспособность консультируемого.

13. **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.

14. **Домашнее задание.** В качестве домашнего задания предлагается выполнить различные действия. Это могут быть наблюдения, отслеживание результатов, опробование новых способов.

15. **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.

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

17. **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.

18. **Внутренние переговоры.** Могут использоваться для устранения внутренних конфликтов ребенка. Они предполагают выявление конфликтующих сторон (субличностей), их наименование и осуществление диалога между ними. Можно 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.

19. **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 работы (мысленно или реально в игровой модели).

20. **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.

21. **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.

22. **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 закалывание, освоить новые формы и способы поведения.

23. 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.

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.

Встреча 3

«Проблемные ситуации и их решение» (практическое занятие)

В данном мероприятии предполагается использование такой формы работы, как «Круглый стол».

Преподаватели делятся на малые группы (4-5 человек) и решают предложенную им проблемную ситуацию. Далее в общем обсуждении группы поочередно презентуют свой вариант решения.

Ведущий корректирует ответы.

Примеры ситуаций

Ситуация 1.

Вы заметили изменения во внешнем облике и стиле одежды у одного из воспитанников Вашего класса (Сергей, 15 лет). Подросток стал носить очень короткую стрижку, тяжёлые высокие ботинки черного цвета на белой шнуровке, джинсы, нашивки, значки. Сергей физически сильный, учится средне, особого интереса к учебе не проявляет. В семье двое детей, есть старший брат, полная семья со средним достатком. Друзья этого ученика рассказали Вам о том, что он недавно участвовал в массовой драке с избивением людей. Ваш класс многонациональный.

Выделите проблему (проблемы) из ситуации

- Асоциальное поведение, которое может привести к совершению уголовного преступления.
- Вызов общественным нормам (использование: нашивок, значков, униформа, ботинок на белой шнуровке и т. д.).
- Проявление толерантной нетерпимости к людям других национальностей, экстремизма

Возможные причины

Сергею 15 лет, подростковый возраст. В этом возрасте происходит гормональная перестройка, которая ведёт к изменению работы нервной системы, повышая её возбудимость и оказывая влияние на общее психическое состояние подростка. Поэтому можно предположить, что в этом возрасте у Сергея происходит умственное или физическое перенапряжение, какие-то различные переживания, которые влияют на психологическое состояние подростка, это состояние выражается в раздражительности, падении продуктивности в работе, агрессии, желании, какого-либо физического применения силы (насилия).

По внешним признакам, приведённым в ситуации, можно предположить, что Сергей принадлежит неформальному движению «скинхеды», представители этого движения придерживаются национал-социалистической идеологии, одно из направлений субкультуры скинхедов. Деятельность скинхедов, как правило, носит экстремистский

характер и позиционирует себя как национально-освободительное движение и борется за идеи превосходства белой, арийской расы, при этом стремясь к расовому сепаратизму. Так же преобладает жестокость, насилие и некая ненависть к другим национальностям. Итак, из моего предположения следует, что Сергей увлечен так называемой субкультурой (скинхеды), что также соответствует возрастным особенностям.

Еще одной причиной поведения Сергея может быть проявление таких особенностей данного возраста, как желание принадлежать той или иной группе своих сверстников, например субкультурная группа, направленная на интересы подростков; быть среди других, проявлять себя среди толпы.

Также у Сергея есть старший брат. О старшем брате подробнее ничего не сказано, можно предположить, что старший брат тоже принадлежит к неформальному движению, например к движению скинхедов или к подобной этому движению субкультуре. И Сергей в подростковом возрасте пытается, как-то быть похожим на старшего брата. Или так же можно предположить, что старший брат хорошо воспитан, работает, учится и т. д. и родители ставят его в пример младшему брату и Сергей просто пытается как-то обратить на себя внимание родителей, показать, что он не такой, как старший брат, а индивидуальная личность.

Решение

1. Через классные часы в классе, индивидуальные беседы, познакомить учеников класса и воспитанника - Сергея с законодательством и ответственностью за асоциальное поведение, и совершение уголовных преступлений.

Провести серию встреч с людьми, входивших в подобные группировки, понесших наказание и изменивших свою точку зрения.

Договориться с колонией для несовершеннолетних или с другим учреждением занимающимся перевоспитанием людей, совершивших те или иные деяния, повлекшие за собой уголовное наказание, для проведения экскурсии и различных бесед. Совершить экскурсию в колонию для несовершеннолетних, показать, что любые деяния несут свои последствия, в т. ч. и уголовные.

2. Проводить мероприятия, которые будут знакомить с разнообразной субкультурой молодежи, при этом возможны дискуссии, например, положительные и отрицательные стороны явления. Дать возможность увидеть варианты увлечений молодежи и применения своих способностей и талантов. Можно познакомить ребят со сверстниками, которые достигли в своей жизни чего-либо. Например, в соревнованиях, молодежных движениях, социальных проектах и др. Можно познакомить со взрослыми, которые организуют молодежные секции и клубы.

3. Продумать работу в классе по знакомству с многонациональной культурой класса, нашей страны, мира. Главное – мы ведь все разные, никто не лучше и хуже. Мы едины и развиваемся вместе. У каждой национальности есть свои особенности, заслуги... которые достойны внимания, уважения, принятия.

Продумать систему классных часов на сплочение коллектива, систему коллективных творческих дел, в которых каждый мог бы проявить себя как индивидуально, так и в коллективе. Например, «Моя малая Родина, «Праздники разных народов», «Не страна красит человека, а человек страну».

Ситуация 2

Урок английского языка в 5 классе.

Учитель просит тянущего руку ученика начать чтение текста. Мальчик заикается, и, чем больше он волнуется, тем сильнее.

Возникает заминка.

Учитель ждет некоторое время, наблюдая за попытками мальчика преодолеть первое слово, а затем начинает кричать, что он наверняка опять не сделал домашнее задание, что ей, учительнице, такое разгильдяйство надоело и она, скорее всего, вызовет родителей.

В классе кто-то начинает посмеиваться, кто-то опускает глаза. Мальчик испуганно «прожевывает» трудное слово и пытается читать дальше.

Оценка

Повышенный тон учителя всегда недопустим, а в этой ситуации особенно, тем более что о заикании этого ученика известно всем.

Прогнозирование

Этот ученик на уроках всегда активен, но заикание, естественно, смущает его самого. Каждый раз, когда он так «затягивает» ответ, он сам считает себя слегка виноватым.

В результате этого случая (и подобных ему) может еще сильнее развиваться комплекс неполноценности, ученик замкнется в себе, перестанет работать на уроке.

Кроме того, так как в отношении него допущена явная несправедливость, это скажется и на отношениях учитель-ученик. Ребята из класса, присутствующие при этом, хоть и чувствуют, что учитель поступает несправедливо, воспринимают этот стиль общения с их одноклассником как норму. Детям вообще свойственно смеяться над человеком, который выбивается из их группы, а если еще и учитель позволяет себе смеяться над таким человеком, то в классе 7–8 может начаться настоящая травля.

Решение

Если первое слово вызывает такие трудности, то учителю лучше было самому прочитать его, не заостряя на этом внимания. Если спокоен учитель, успокоится и ученик, и чтение пойдет лучше.

Ситуация 3

В классе есть слабый ребенок, и дети не упускают случая поиздеваться над физически и психологически неразвитым мальчиком.

Когда учитель вызывает его к доске, он только мнетя и запинаясь, боясь, что все будут лишь смеяться над его ответом. Учитель только вздыхает, упрекает и ставит 2.

Прогнозирование

Слабый, затравленный насмешками учеников мальчик, нуждается в поддержке со стороны и поощрении. Иначе у него разовьется комплекс неполноценности, он так и останется двоечником, отсталым учеником и вырастет слабым, неуверенным в себе человеком, озлобленным на весь мир. Остальные же дети ошибочно считают, что имеют право надсмехаться над другими, более слабыми, и не догадываются, что нужно помочь сверстнику. В них развивается эгоизм и жестокость.

Решение

Чтобы создать гармонию отношений в классе в данной ситуации, учителю необходимо поддержать слабого ученика, помочь ему заявить о себе на пути становления личности. Для этого надо дать ученику специальное задание, например, творческое задание, знакомство, с результатом которого может вызвать интерес всего класса. Это поможет мальчику раскрыться, показать его дремлющие способности и нераскрытые возможности. А может, он вовсе не слаб? Для этой же цели его можно чаще сажать за парту в паре с разными ребятами, чтобы они лучше узнали ученика-изгоя.

Ситуация 4

На перемене двое пятиклассников – мальчик и девочка – громко спорят.

Подошедшая учительница узнает, что мальчик разбил новый телефон девочки, который она принесла в школу. Мальчик уверяет, что это вышло случайно. А девочка требует деньги за разбитую вещь или же новый телефон.

отчитала девочку за то, что она принесла в школу дорогую вещь, дала ее однокласснику, а теперь его же и обвиняет.

Прогнозирование

Психологически-комфортная обстановка в классе во многом зависит от поведения учителя, задачей которого является не только привить детям знания в рамках образовательной программы, но и научить их быть более терпимыми друг другу, стараться идти на компромисс. Авторитарное поведение учителя в подобной ситуации, вряд ли, станет хорошим примером для учеников, более того в классе возрастет количество межличностных конфликтов, которое может привести к конфронтации между учениками или между учительницей и учеником.

Решение

Учительница могла бы доверительно поговорить с детьми, убедить их в том, что лучше выяснять отношения спокойно, а не затевая ссор и найти решение проблемы, которое удовлетворяло бы всех. Оптимальный вариант решения проблемы склонить детей к примирению без всяких условий и компенсаций, но если такой вариант не устраивает родителей девочки, то следует поговорить с родителями обоих учеников, для чтобы они решили вопрос о компенсации на тех условиях, которые устраивали бы обе стороны. Предложить решить вопрос через школьную службу медиации.

Ситуация 5

Урок алгебры. Примерно за 10 минут до конца урока, учитель вызывает к доске Васю. Он должен решить пример, используя формулы, изученные на уроке.

Звонит звонок. Учитель просит всех выйти из класса, а Васю остаться и решить пример. Но ученики не уходят, а обступают Васю, который стоит у доски. Звучат реплики: «Да ты же совсем тупой», «Это же элементарно» и т. д. В результате это начинает раздражать Васю, и он просит учителя, что бы она попросила остальных выйти из класса.

Учитель подходит к толпе и смотрит на доску: «Ай-ай-ай Вася. Ты даже пример не можешь правильно из учебника переписать». Ученики начинают смеяться, а Вася хватается за портфель и выбегает из класса.

Прогнозирование

Вася надеялся на помощь учителя, а она поступила так же, как остальные, то есть посмеялась над ним. Скорее всего, она не хотела обидеть мальчика и сказала это не со зла. Но, зная взрывной характер Васи, она могла бы предположить финал данной ситуации.

Вася обиделся на учителя и своих одноклассников, так как они не помогли ему в трудной ситуации. На следующем уроке никто не вспомнил об этом инциденте. Но возможно Вася не поможет своему однокласснику в такой же ситуации, а посмеется вместе с остальными.

Решение

На месте учителя можно попросить других учеников выйти из класса и осталась бы с Васей один на один. Попросить его успокоиться, сосредоточиться, найти ошибку и решить пример или попросила бы его остаться в кабинете, чтобы помочь стереть с доски, разложить тетради (например), что бы он немного успокоился. Так как он мог бы затеять драку с обидчиками.

Ситуация 6

Учитель рисования показал два рисунка своим ученикам и попросил сказать, какой им больше нравится. Алеша, двенадцати лет, долго колебался, прежде чем ответить.

Учитель говорит:

– У нас мало времени. Напряги свой ум, если он у тебя есть.

Посадив мальчика, который залился краской от стыда, учитель продолжил урок под дружное хихиканье одноклассников.

Прогнозирование

Выставлять ученика на посмешище непедагогично. Медлительного ученика не исправить сарказмом, а умственную деятельность не простимулируешь издевкой. Такого рода ситуации порождают ненависть и побуждают к мести. Такой эгоистичный учитель никогда не сможет создать на уроке атмосферу доброго сотрудничества, приятного творчества, что особенно важно на уроках изобразительного искусства.

Решение

Ребенок не виноват, если строение его мозга не позволяет делать быстрые выводы, быстро и четко реагировать на поставленный вопрос, ситуацию.

Это особенности строения организма ребенка, а не его недостаток.

Учитель проявил свою бестактность, проявил свою силу над детьми.

Мудрый педагог знает и учитывает (старается учитывать) особенности своих учеников, направляя течение урока в нужное русло. Колеблющемся и сомневающемуся ребёнку можно было бы сказать:

– Да, решить действительно нелегко. Трудно сделать выбор. В обоих рисунках, видимо, есть что-то, что тебе нравится. Выбирай то, что подсказывает тебе сердце.

Такой ответ дал бы время ребёнку подумать, выбрать то, что ему действительно понравилось. И его бы решение шло от самого сердца, было бы искренним. Учитель, видимо, забыл, что эстетический вкус нельзя прививать не эстетично.

Ситуация 7

3 класс. Новый ученик Андрей М.. Постоянно оскорбляет девочку Лизу В., выбрасывает ее вещи из класса, проявляет физическую агрессию.

Прогнозирование

Ситуация носит затяжной характер, что причиняет моральный вред и физическое насилие одной из сторон. Предлагаем незамедлительно обратиться к школьному психологу или в службу медиации. Далее приводится пример решения ситуации через школьную службу медиации.

Предварительная встреча проводилась в индивидуальном порядке для каждой стороны.

Медиатор при первой встрече с родителями обратил внимание на возможные причины поведения детей (попросил их обозначить и определить последствия), что способствовало согласию принять сторонам участие в восстановительной программе. С детьми проводились встречи с психологом, медиатором, где девочка смогла отпустить обиду и решить помочь мальчику научиться дружить (метод «Дерево проблем» - выявляем причины и последствия, анализ проблемных ситуаций).

Мальчик очень боялся, что его накажут, будут «как всегда ругать» и в первые встречи вел себя замкнуто, как только ребенок осознал, что на него не обижаются, ситуация изменилась. (Лиза первая подошла к Андрею и сказала, что не обижается на него).

В классе был проведен коммуникативный тренинг, состоялось принятие правил поведения.

На родительском собрании был принят алгоритм поведения родителей в конфликте для всех.

Примирительная встреча сторон (с медиатором обсуждались вопросы будущего детей с родителями, определили варианты выхода из конфликта).

Родители девочки решили, что для Андрея важно не наказание, а осмысление своих поступков. Отказались настаивать на исключении ребенка из класса.

Родители Андрея увидели причину неблагополучия сына, приложили все усилия для нормальной адаптации ребенка в новом коллективе. Ответственность по урегулированию конфликта семья приняла полностью.

В классе проводился мониторинг психологического климата – результат положительный. Между детьми подписан договор о дружбе.

Встреча 4

«Алгоритм действий педагогического коллектива в ситуации жестокого обращения с ребенком»

1. Признаками жестокого обращения в семье могут стать:

Состояние здоровья и внешний вид ребенка (опасное для жизни ребенка заболевание, лечением которого не занимаются родители, наличие систематических травм, синяков и ссадин, происхождение которых ребенок не может прокомментировать).

Низкий уровень педагогического потенциала семьи (отсутствие интереса к делам ребенка в учебном заведении; уклонение от родительских обязанностей, отсутствие заботы; употребление алкоголя или других химических веществ).

Заявления в органы внутренних дел об уходах из дома, их розыске. Нахождение детей в комендантский час без сопровождения взрослых и др.

Ступени алгоритма	Сотрудник ОО	Этапы (действия)	Ожидаемый результат
1. Первичный сигнал о возможном жестоком обращении	1. Классный руководитель, учитель-предметник, социальный педагог, педагог-психолог и (или) любой сотрудник ОО	1. Необходимо завоевать доверие несовершеннолетнего, наблюдать за его поведением	Для выяснения - предположение о жестоком обращении подтверждается (не подтверждается)
		2. В случае получения оснований для дальнейших действий необходимо поставить в известность руководителя ОО	Для дальнейшей реализации Алгоритма работы с выявленной проблемой
2. Подтверждение фактов жестокого обращения с ребенком в семье	Руководитель ОО	1. Оценка уровня риска ребёнка в семье посредством беседы с лицами, владеющими дополнительной информацией о семье и (или) ребенке 2. Регламентирует работу ответственных лиц по разрешению выявленного случая жестокого обращения с ребенком	Назначение ответственных лиц в соответствии с последующими ступенями реализации алгоритма действий
2.1 Решение проблемы не терпит отлагательства	Социальный педагог совместно с Администрацией ОО	1. Информирование субъектов профилактики (отдел полиции, отдел опеки и попечительства, КДН и ЗП, Прокуратура) 2. В случаях физического или сексуального насилия осмотр ребенка медицинским работником (при отсутствии - другим специалистом)	Подготовка необходимой документации. Сопровождение несовершеннолетнего на всех этапах данной ступени алгоритма.

		учреждения), зафиксировать (запротоколировать) следы побоев и других форм физического насилия 3. Принять меры, с учетом возраста ребенка, к оказанию медицинской помощи ребенку (при необходимости), обеспечению безопасности ребенка, вплоть до отобрания его из семьи, в соответствии с законодательством (передача ребенка другому родителю (родственнику), временное помещение ребенка в больницу, вызов социальной службы экстренного реагирования)	
	Педагог-психолог	Организация психологической помощи и поддержки	Психологическая помощь и поддержка
2.2.Решение проблемы требует подключения специалиста в	Социальный педагог, классный руководитель	Осуществить выход в семью ребенка (изучить условия проживания несовершеннолетнего, установить контакты с семьей, побеседовать с родителями (или законными представителями), близкими родственниками)	Сбор информации
	Педагог-психолог	Организация психологической помощи и поддержки ребенку, родителям	Психологическая помощь и поддержка
Реабилитационные мероприятия	Все причастные службы ОО	Организация всесторонней работы с несовершеннолетним и семьей	Закрытие случая

2. Признаками жестокого обращения в школе могут стать:

Ранее не свойственные особенности поведения ребенка: частые смены настроения, неопрятный или не соответствующий текущей обстановке внешний вид, «беспричинные», обычно не анонсированные в официальном порядке, пропуски занятий, снижение успеваемости, в том числе и по тем предметам, в которых учащийся уверенно ориентируется.

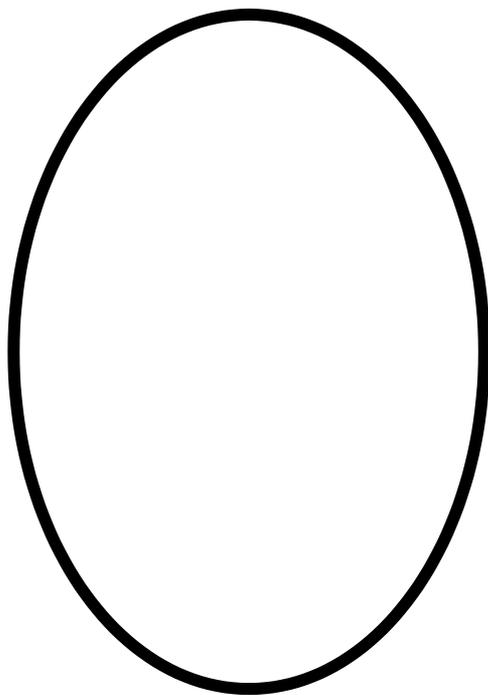
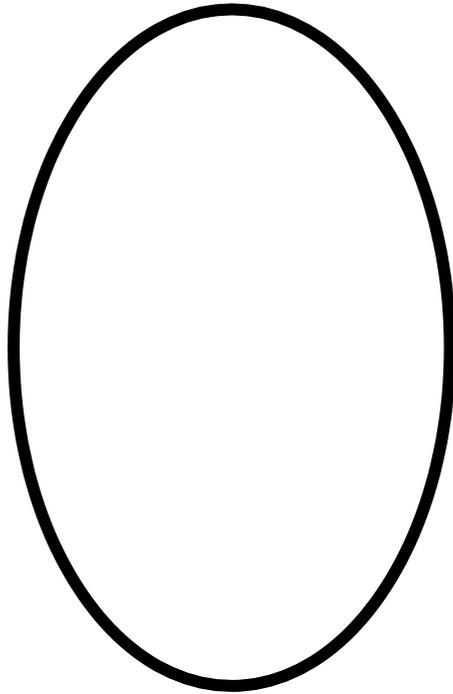
Ступени алгоритма	Участники	Этапы (действия)	Ожидаемый результат
1. Первичный сигнал о возможном жестоком обращении в школе (буллинг, кибербуллинг)	<p>1. Пострадавший лично сообщает об эпизоде любому учителю из числа ведущих уроки в данном классе, или информирует работников ОО любым другим способом</p> <p>2. Сообщает родителям или любому доверенному лицу</p> <p>3. Любой обучающийся, оказавшийся свидетелем или узнавший* о случае лично сообщает работнику ОО, которому доверяет, дежурному учителю, администратору или информирует</p>	<p>1. Приступить к разбору случая</p> <p>2. Выяснить причины</p> <p>3. Определить участников конфликта</p> <p>4. В случае получения оснований для дальнейших действий необходимо поставить в известность руководителя ОО</p>	<p>Сбор информации по сложившейся ситуации</p> <p>Назначение ответственных</p>

	<p>работников ОО любым возможным способом</p> <p>4. Родитель пострадавшего обращается (устно или письменно) к классному руководителю, ответственному заместителю директора, директору ОО для принятия мер</p>		х лиц
2. Подтверждение фактов жестокого обращения в школе	Руководитель ОО	<p>1. Оценка уровня риска ребёнка посредством беседы с лицами, владеющими дополнительной информацией</p> <p>2. Регламентирует работу ответственных лиц по разрешению выявленного случая жестокого обращения с ребенком</p>	Назначение ответственных лиц в соответствии с последующими ступенями реализации алгоритма действий
2.1 Решение проблемы не терпит отлагательства	Вмешательство классного руководителя, учителя-предметника, социального педагога, педагога-психолога и (или) любого сотрудника ОО в целях прекращения случаев насилия, буллинга (кибербуллинга)	<p>1. Незамедлительное прекращение любых насильственных действий любого характера</p> <p>2. В случаях физического насилия осмотр ребенка медицинским работником (при отсутствии - другим специалистом учреждения), зафиксировать (запротоколировать) следы побоев и других форм физического насилия</p> <p>3. В случаях психологического насилия – обращение в психологическую службу как ОО, так и любой другой организации</p> <p>4. Разбор и регистрация случая насилия, буллинга (кибербуллинга) с участие всех причастных лиц</p>	Сопровождение несовершеннолетнего на всех этапах данной ступени алгоритма

<p>2.2.Решение проблемы требует подключения специалистов</p>	<p>Работа классного руководителя, социального педагога, педагога-психолога и лиц, причастных к происшествию, в целях прекращения случая насилия, буллинга (кибербуллинга)</p>	<p>1. Фиксация фактов жесткого обращения в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - установление реальности факта совершения насильственных или дискриминационных действий; – длительности и повторяемости этих действий (первый и единственный случай, повторные насильственные действия или систематические издевательства); – характера действий и обстоятельств, при которых они происходили; – участников действий (пострадавший, обидчик, активные последователи, свидетели, защитники); – состояния пострадавшего; – мотивации совершения насильственных действий, проявлений дискриминации; – отношения свидетелей к происходящему, пострадавшему и обидчику; – динамики происходящего, возможных последствий насилия для всех его участников и вероятной модели 	<p>Прекращение случая насилия, буллинга (кибербуллинга) и профилактика последующих возможных случаев с теми же участниками</p>
--	---	---	--

		<p>развития ситуации.</p> <p>2. Оказание помощи, принятие воспитательных и дисциплинарных мер и завершение случая</p>	
Профилактические мероприятия по предотвращению случаев жестокого обращения в школе.	Все причастные службы ОО	Организация всесторонней работы с обучающимися посредством классных часов, обучающих тренингов и профилактических мероприятий	Предотвращение и отсутствие случаев жестокого обращения в школе

Приложение 1
Бланк «Настроение»



Подпись

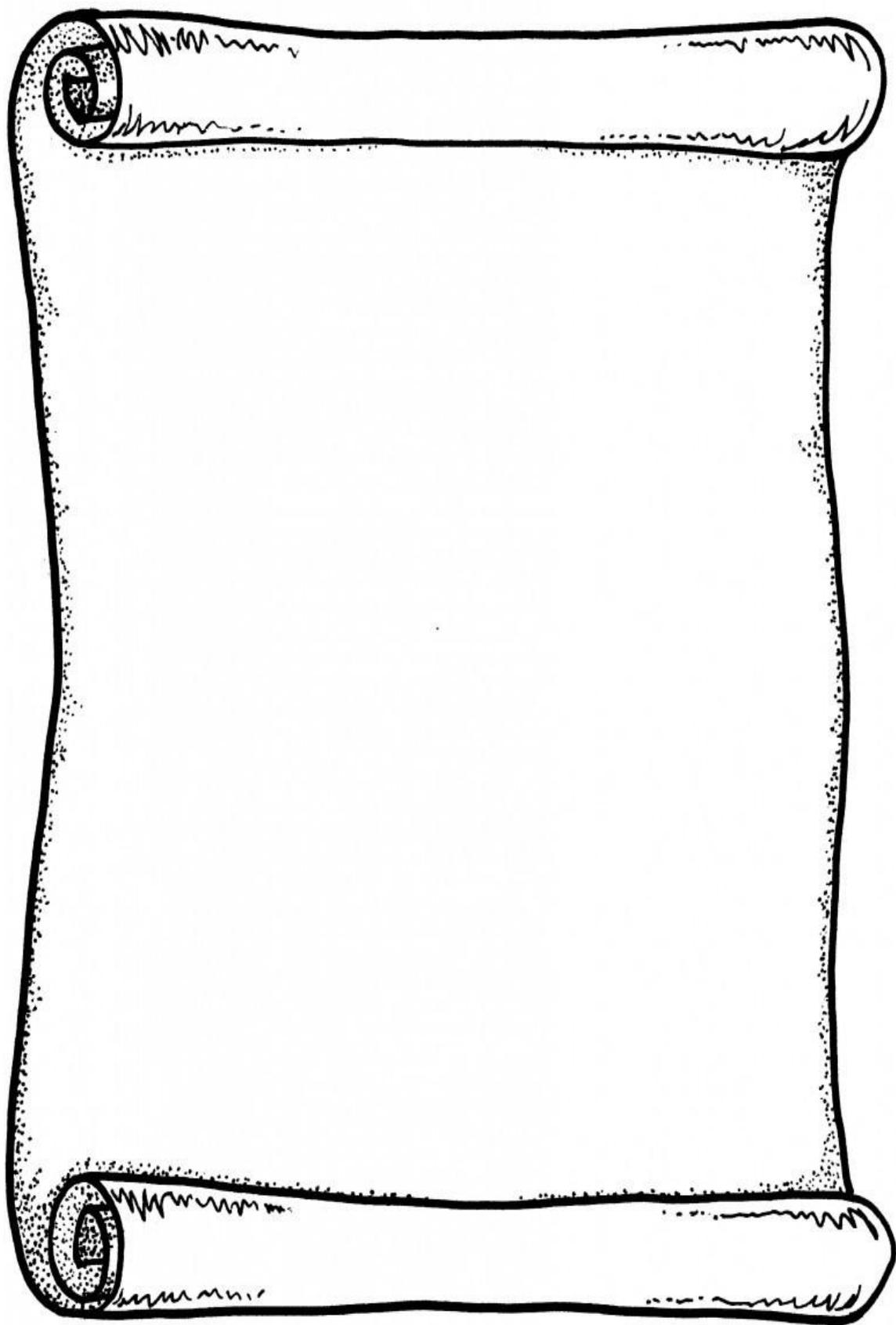
Протокол наблюдения специалиста

Дата занятия _____

ФИО ребенка _____

ФИО специалиста _____

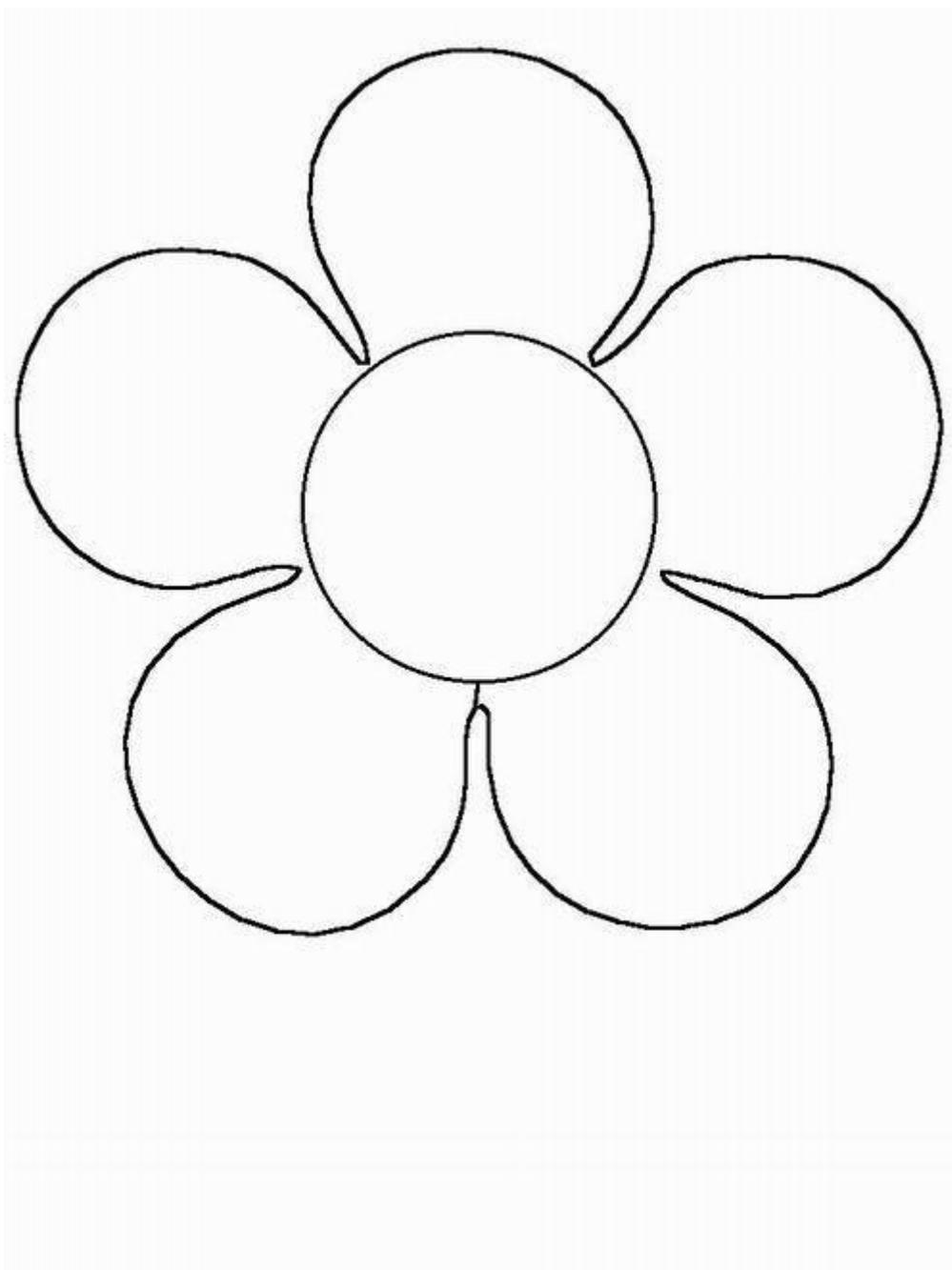
Занятие (номер и название) _____



Приложение 4
Бланк «Все обо мне»

Я	Я — глазами других
Прошлое	
Настоящее	
Будущее	

Бланк «Ромашка»



Отрывок из сказки Т. Зинкевич-Евстегнеевой «Страна Чувств»

«Знаешь ли ты, что не далеко-далеко, а совсем близко к нам, есть волшебная страна? Она находится внутри нас. Мудрецы называют ее Внутренним Миром. Так вот, правит этой страной — Король. У него есть множество слуг, но среди них есть особые слуги — их называют чувствами. Ты, конечно, знаешь имена некоторых из них. Это — Радость, Удовольствие, Интерес, Злость, Страх и Обида. У каждого слуги-чувства есть свой дом, и они приходят к своему Королю по первому его требованию.

Давай представим себе, что происходит с Королем, когда к нему приходит слуга по имени Радость. Конечно, Король радуется, устраивает пир, танцы... Но, как ты думаешь, что будет, если слуга по имени Радость надолго задержится у своего повелителя? Ты совершенно прав: Король устанет, государственная казна опустеет, а важные дела окажутся не сделанными. А представь себе, что будет с Королем и его подданными, если слуги по имени Злость или Страх надолго задержатся у него? Конечно, приятного мало. Поэтому все слуги-чувства обладают удивительным волшебным качеством — МЕРОЙ. Благодаря тому, что каждый слуга ЗНАЕТ МЕРУ, он приходит, когда это необходимо Королю, и уходит вовремя. И все так и было бы хорошо и гладко в этой волшебной стране, если б однажды не случилась одна история...

Все началось с того, что несколько придворных Короля стали говорить: «Зачем нам эти противные Злость, Страх, Обида? Когда они приходят, мы ссоримся, деремся, нам очень неприятно. Давайте подговорим Короля, чтобы он выгнал этих слуг из страны!»

Король был мудр и останавливал своих придворных. Но, если о нас «за глаза» говорят плохо, перешептываются и перемигиваются за нашей спиной, мы это почувствуем?

— Конечно!

- Нам будет приятно или неприятно?

- Конечно, неприятно!

- А когда нам неприятно, мы какие дела будем делать быстрее: хорошие и плохие? Многие люди, когда о них плохо говорят, обижаются и совершают не очень хорошие поступки. Так случилось и в этой истории...

Так вот, темной ночью, на краю леса собрались слуги по имени Обида, Злость и Страх. Обида, обиженно поджав губы, рассказывала о том, что их хотят выгнать

из страны. «Им, видите ли, без нас лучше живется! Мы им, видите ли, совсем не нужны!» — фыркала Обида, а слуга по имени Злость сжимал кулаки. «Мы им покажем, что мы можем! Вот посадим Короля в темницу, да будем править страной, вот они у нас попляшут!» Недолго думая, заговорщики пробрались во дворец, схватили спящего Короля, и бросили его в темницу.

Когда на следующее утро придворные, по своему обыкновению, собрались в тронном зале, они замерли в ужасе и изумлении. На королевском троне сидел слуга по имени Страх. Он пытался надеть на свою голову корону, но она была волшебной, и сползала. Тогда слуга по имени Злость со злостью кинул ее под трон. Как ты думаешь, каков был первый указ нового правителя? Да, было решено объявить войну соседнему государству. Кроме того, отныне каждому жителю королевства надлежало доносить на своих соседей, решать все споры с помощью кулаков, пугать друг друга всевозможными неприятностями. Представляешь, какая жизнь настала в стране, тем более, что слуги по имени Радость, Удовольствие и Интерес были из нее изгнаны?

Конечно, страна разрушалась, все ее жители ходили голодные, ободранные и побитые друг другом. Вот, что может произойти со страной, если у власти оказались не законный Король, а Обида, Злость и Страх, забывшие о Мере!..

Волшебники говорят, что-то же самое происходит и у человека внутри, если он постоянно со всеми ссорится, дерется, обижается...

Но мы позабыли об изгнанниках, слугах Короля — Радости, Удовольствии, Интересе. Конечно, их сердца не могли вынести такого страшного зрелища. Они вспомнили, что далеко-далеко, за горами, за лесами, живет волшебница по имени Любовь. Ох, и нелегко же был путь к волшебнице! Сколько испытаний пришлось выдержать верным слугам Короля. И сразиться с ужасными людоедами, и гигантскими муравьями, пройти через Черный лес... Но они дошли до царства Любви. Умывшись из колодца, они почувствовали невероятный прилив сил. Сомнений не было — они ощущали Любовь.

Волшебница дала путешественникам сосуд с Любовью, чтобы они отнесли его своему повелителю. Ведь в этом было спасение их страны. Путь назад был уже не таким тяжелым. Тем более, что верных слуг Короля окрыляла Любовь.

Вот мы с тобой и узнали, что самое главное во внутренней сказочной стране — Любовь. Давай приложим руку к сердцу: ведь именно там, согласно древним легендам, живет Любовь. Она позволяет заботиться о себе и близких людях, помогает создавать хорошее настроение, дает силы на свершение добрых дел, учит прощать тех, кто нас обидел... Чувствуешь тепло? И я чувствую. Это значит, что

Любви в наших сердцах много-много. Мы можем ее дарить друг другу и нашим близким, слушая свое сердце...

А теперь послушай, что было дальше. Конечно, путь домой легче, чем из дома. Тем более, если несешь сосуд с Любовью! Итак, слуги по имени Радость, Удовольствие и Интерес добрались до своей страны, нашли темницу и освободили Короля. Только повелитель пригубил из сосуда с Любовью, как к нему вернулись силы, уверенность, мужество и мудрость. Гордой поступью он отправился в тронный зал. Как только самозванцы — слуги по имени Обида, Злость и Страх увидели Короля, они затрепетали и бросились на колени. А придворные зашипели: «Вот, Ваше Величество, мы же говорили Вам, надо было избавиться от этих слуг, и ничего бы не было!»

Но Король остановил их: «Дело не в моих слугах, дело в дурных мыслях и разговорах! Я даю им три дня сроку, пусть они сами решат: покинуть ли нашу страну, или найти в ней себе достойное применение».

Так сказал великодушный Король.

— Как ты думаешь, правильно ли он поступил?

И вот, через три дня слуги по имени Злость, Обида и Страх пришли к Королю и сказали:

— Ваше Величество, простите нас! Мы просим прощения у всех жителей королевства! Мы вспомнили о Мере, и поняли наше назначение в стране. Позвольте нам построить свои дома НА ГРАНИЦЕ государства.

— Почему же на границе? — удивился Король.

— «Я, Ваше Величество»: — сказал слуга по имени Страх, — самый чуткий, самый осторожный, я далеко чувствую опасность, и смогу Вас вовремя предупредить о ней. Вы будете иметь время на то, чтобы достойно встретить неприятность, или предотвратить ее.

— «Я, Ваше Величество»: — сказал слуга по имени Злость, — придам Вам силы для борьбы с врагом, и помогу быстро наказать обидчика. Но теперь я уже не переусердствую, буду помнить о Мере.

— «А я, Ваше Величество»: — сказал слуга по имени Обида, — всегда был чуток дурным мыслям и разговорам. Поэтому я буду охранять Ваше королевское достоинство, и предотвращать недостойные разговоры и действия.

Вот так закончилась эта история. Сосуд с Любовью установили на самом красивом месте, в центре дворцовой площади. К нему мог легко подойти каждый, как только чувствовал себя раздраженным, злым или беспокойным. Ведь Любовь приносила

покой в души жителей. Так, слуги по имени Злость, Страх и Обида охраняли страну, а Любовь согревала ее. Все жили долго и счастливо».

Протокол наблюдения ведущего программы

Фамилия и имя участника	Социальные контакты (количество баллов)

Критерий успешности социальных контактов.

Формы поведения	Балл
Общительный, легко контактирует с детьми.	5
Мало инициативен, но легко вступает в контакт, когда к нему обращаются дети.	4
Сфера общения ограничена: общается только с некоторыми ребятами.	3
Предпочитает находиться рядом с детьми, но не вступает с ними в контакт	2
Замкнут, изолирован от других детей, предпочитает находиться один (другие дети равнодушны к нему)	1
Проявляет негативизм по отношению к детям, постоянно ссорится и обижает их (другие дети его не любят)	0

Правила группы

1. Точного времени
2. «СТОП»
3. Активности и включенности
4. Конфиденциальности
5. Правило «Я»-высказывания
6. Уважения личного мнения.
7. Доброжелательности, уважения друг к другу.

Возможные варианты карточек для раздачи участникам:

- У каждого есть что-то, чему он благодарен. Чему благодарен ты?
- Каждый знает, каким образом он может помешать себе сам. Как это можешь сделать ты?
- Каждый хорошо разбирается в каких-то вещах. В чем разбираешься ты?
- Каждый добился в жизни успехов. Каких успехов добился ты?
- Каждый знает, что его волнует. Что волнует тебя?
- Каждый знает, какими бы вещами он занялся, если бы имел на это время. Чем бы занялся ты?
- У каждого есть цель, которую он хотел бы реализовать в следующем месяце. Какая цель у тебя?
- У каждого есть мечта, которую он хотел бы осуществить. Какая мечта у тебя?
- Каждый что-то хочет от своего партнера по жизни. Чего хочешь ты?
- Каждому известно, чего он раньше боялся. Чего боялся ты?
- Каждый знает, чему он недостаточно доверяет. Чему не доверяешь ты?
- Каждый знает, чего ему не хватает. Чего не хватает тебе?
- Каждый в своей жизни что-то приносил в жертву. Что приносил в жертву ты?
- Каждый обладает талантами. Каким талантом обладаешь ты?
- Каждый уверен в определенных вещах. В каких вещах уверен ты?
- Каждый имеет то, что он ценит в жизни. Что ценишь ты?
- Каждый знает о том, что его отталкивает. Что отталкивает тебя?
- У каждого есть предубеждения. Какие предубеждения есть у тебя?
- У каждого есть то, о чем он не хотел бы говорить. О чем не хочешь говорить ты?
- Каждому известно, на что он может рассердиться. На что можешь рассердиться ты?
- Каждому известны правила, которые он нарушал в жизни. Какие правила нарушал ты?
- У каждого есть особенно прекрасные воспоминания детства. Какие воспоминания есть у тебя?
- Каждый слышал от своих родителей нотации. Какие нотации слышал ты?
- Каждый знает, что он ненавидит. Что ненавидишь ты?
- Каждый знает то, что он слышит от других с удовольствием. Что слышишь с удовольствием ты?
- Каждому известны те решения, которые другие принимали ради нас. Какие решения принимались ради тебя?
- Каждый знает, чего ждут от него родители. Чего ждут от тебя?
- Каждый знает то, чего он никогда не рассказывал своим родителям. Чего не рассказывал ты?
- Каждый знает, что он хотел бы контролировать. Что хотел бы контролировать ты?
- У каждого есть проекты, которые он не закончил. Какие проекты не закончил ты?
- Каждый знает то, что он никогда бы не сделал снова. Чего не сделал бы снова ты?
- Каждый знает, кого он хотел бы простить. Кого хотел бы простить ты?
- Каждый знает, что он хотел бы простить себе самому. Что хотел бы простить себе ты?

- Каждый совершал ошибки. Какие ошибки совершал ты?
- Каждый знает, что он мог бы порекомендовать другим. Что мог бы порекомендовать ты?
- Каждый знает, за что он мог бы взять на себя ответственность. За что мог бы взять ответственность ты?
- Каждый знает вопросы, от которых он избегает. От каких вопросов избегаешь ты?

Раздел 4. Взаимодействие субъектов профилактики

Одной из задач государственной политики в России являются меры по предупреждению жестокого обращения с детьми, в том числе в неблагополучных семьях. Взаимодействие образовательных организаций с другими субъектами профилактики способствует выявлению случаев жестокого обращения с детьми, осуществлению мер, направленных на охрану детей и профилактику дальнейшего жестокого обращения с ними.

Субъектами профилактики жестокого обращения с детьми являются:

1. Образовательные организации. Сотрудники образовательных учреждений, выявив те или иные признаки жестокого обращения с детьми, составляют служебную записку руководителю образовательного учреждения, сообщение - в орган опеки и попечительства, направляют информацию в правоохранительные органы и в комиссии по делам несовершеннолетних.

2. Исполнительные органы государственной власти, создающие нормативно-правовые акты в сфере заботы о детстве;

3. Уполномоченный по правам ребенка, работа которого направлена на обеспечение гарантий государственной защиты прав и законных интересов детей, реализации и соблюдения прав и законных интересов детей государственными органами, органами местного самоуправления и должностными лицами.

4. Органы управления социальной защитой населения, учреждения социального обслуживания населения (Центры социальной помощи семье и детям) оказывают материальную поддержку детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.

5. Органы, осуществляющие управление в сфере образования, учреждения образования.

6. Органы опеки и попечительства. Сотрудники органов опеки и попечительства действуют в соответствии с Семейным кодексом Российской Федерации. Согласно ст. 77 СК РФ, они вправе изъять ребенка из неблагополучной семьи, для чего органом исполнительной власти субъекта Российской Федерации должен быть составлен соответствующий акт.

7. Органы по делам молодежи, учреждения по молодежной политике участвуют в разработке и реализации целевых программ по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, а также участвуют в организации отдыха, досуга и занятости несовершеннолетних.

8. Прокуратура, органы внутренних дел. Сотрудники правоохранительных органов обладают широкими полномочиями по профилактике и предотвращению жестокого обращения с несовершеннолетними, в том числе, могут решать вопрос об уголовной ответственности лицу, допустившего жестокое обращение по отношению к ребенку или совершившему преступление.

9. Органы управления здравоохранением, учреждения здравоохранения. Сотрудники медицинских учреждений, в случае выявления признаков жестокого обращения должны направить уведомление в правоохранительные органы, а также - в комиссию по делам несовершеннолетних и в органы опеки и попечительства, тем самым передавая им дальнейшие полномочия по работе с детьми, подвергнутыми жестокому обращению в неблагополучных семьях.

10. Детский телефон доверия оказывает экстренную психологическую помощь средствами телефонного консультирования в ежедневном круглосуточном режиме на условиях анонимности.

11. Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав. Сотрудники комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав анализируют условия жизни ребенка, пострадавшего от жестокого обращения и преступных посягательств и составляют план профилактических мероприятий с ребенком и его семьей, часть из которых реализует образовательная организация.

Взаимодействие субъектов профилактики жестокого обращения с несовершеннолетними помогает организовать комплексную профилактику этого явления и защитить права ребенка. В этом помогает система межведомственного взаимодействия органов и учреждений, вовлеченных в сферу защиты детства, которая позволяет создать эффективную социальную инфраструктуру по оказанию своевременной помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения и преступных посягательств.

Взаимодействие специалистов органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних при выявлении признаков жестокого обращения

Цель взаимодействия – организация своевременного выявления признаков жестокого обращения с несовершеннолетними, повышение эффективности помощи, оказываемой несовершеннолетним, пострадавшим от жестокого обращения и преступных посягательств.

Задачи взаимодействия:

1. обеспечение оперативности в получении информации о признаках жестокого обращения с несовершеннолетними для принятия соответствующих мер;

2. создание объективной системы учета несовершеннолетних, ставших жертвами жестокого обращения, с целью восстановления их нарушенных прав и организации на межведомственной основе реабилитационной работы с семьей и ребенком;

3. обеспечение доступной информацией о несовершеннолетних, подвергшихся жестокому обращению, членов их семей, и специалистов о службах и учреждениях, предоставляющих помощь детям и их семьям.

Алгоритм действий субъектов профилактики по взаимному информированию о фактах жестокого обращения и преступных посягательствах в отношении несовершеннолетних

Как было отмечено выше, выявлением семей, где дети могут быть подвергнуты насилию и жестокому обращению, занимаются в пределах своей компетенции учреждения здравоохранения, образования, органы опеки и попечительства, органы внутренних дел и иные государственные органы и организации. Сведения о фактах жестокого обращения с ребенком в семье могут быть также предоставлены в вышеназванные учреждения родственниками ребенка, другими лицами, владеющими достоверными сведениями о сложившейся в конкретной семье сложной ситуации.

Специалисты учреждений системы профилактики регистрируют все полученные сообщения о фактах дискриминации, жестокого обращения с несовершеннолетними, невыполнения обязанностей по воспитанию, содержанию и обучению детей, ведут учет данных сообщений, оперативно проводят их проверку, в рамках своей компетенции запрашивают необходимую информацию в других ведомствах.

Алгоритм действий специалистов органов и учреждений системы профилактики при обнаружении явных признаков жестокого обращения с ребенком

Специалисты должны уметь распознавать признаки жестокого обращения и проводить оценку риска причинения вреда. Поводом для вмешательства специалистов, изучения ситуации в семье может быть:

- информация от ребенка;
- информация от родителей (законных представителей), других членов семьи;
- информация от специалистов образовательных учреждений;
- информация от сверстников и друзей, соседей, иных граждан;
- результаты медицинского осмотра;
- дополнительная информация, собранная в ходе психологической диагностики, наблюдений за ребенком.

Раннее выявление случаев жестокого обращения в отношении несовершеннолетних и оказание детям комплексной помощи минимизирует вред их здоровью и развитию, способствует профилактике социального сиротства, суицидов среди несовершеннолетних.

В выявлении несовершеннолетних, пострадавших от жестокого обращения, принимают участие специалисты всех субъектов системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

Особую роль в выявлении жестокого обращения на ранних этапах играют специалисты учреждений образования и здравоохранения, которые имеют возможность наблюдать несовершеннолетнего в течение длительного

времени.

Особое внимание необходимо уделять выявлению признаков жестокого обращения в отношении:

- несовершеннолетних, проживающих в семьях, находящихся в трудной жизненной или кризисной ситуации, состоящих на обслуживании в учреждениях социальной защиты населения, а также в едином банке данных о несовершеннолетних и семьях, находящихся в социально опасном положении;
- несовершеннолетних, поступивших с телесными повреждениями в учреждения здравоохранения;
- несовершеннолетних, родители которых состоят на учете в органах внутренних дел;
- несовершеннолетних, посещающих учреждения образования, имеющих проблемы в обучении и поведении, пропускающих занятия по неуважительным причинам, или несовершеннолетних из неблагополучных семей, состоящих на внутришкольном контроле.

Алгоритм действий специалистов образовательных учреждений:

1. Работники образовательных учреждений должны обращать внимание на следующие особенности в поведении ребенка, которые могут свидетельствовать о жестоком обращении или насилии по отношению к нему:

- психическое и физическое развитие ребенка не соответствует его возрасту;
- неухоженность, неопрятность; апатичность или, наоборот, агрессивность ребенка;
- отказ ребенка раздеться, чтобы скрыть синяки и раны на теле;
- повторяющиеся жалобы на недомогание (головную боль, боли в животе и др.);
- враждебность или чувство страха по отношению к отцу или матери;
- судорожное реагирование на поднятую руку, вздрагивание при неожиданном приближении взрослого, резких движениях (ребенок сжимается, как бы боясь удара);
- чрезмерное стремление к одобрению любого взрослого, гипертрофированная забота обо всем и обо всех;
- обвинение ребенком родителей в нанесении повреждений;
- повышенная агрессивность ребенка в играх и по отношению к другим детям;
- ребенок много времени проводит в семье знакомых, одноклассников, соседей, не спешит возвращаться домой после занятий.

Следует принимать во внимание отдельные особенности в поведении взрослых, которые, предположительно, могут проявлять жесткость по отношению к ребенку:

- в беседе о ребенке родители проявляют настороженность или

безразличие;

- на жалобы по поводу поведения сына (дочери) в детском саду, в школе реагируют холодно либо очень бурно и эмоционально;

- родители возражают против осмотра ребенка врачом в образовательном учреждении, прохождения диспансеризаций в медицинском учреждении;

- родители обвиняют ребенка в полученных повреждениях.

2. При выявлении случая жестокого обращения с ребенком со стороны родителя (или законного представителя), необходимо:

- немедленно направить информацию (в письменной форме) руководителю образовательного учреждения о выявленном случае жестокого обращения с ребенком;

- руководителю образовательного учреждения - незамедлительно сообщить по телефону (затем, в течение дня направить письменную информацию) о выявленном случае жестокого обращения с ребенком в органы опеки и попечительства для проведения обследования условий жизни и воспитания ребенка;

3. В целях защиты прав и интересов несовершеннолетнего, пострадавшего от жестокого обращения, необходимо:

- Совместно с заинтересованными службами (медицинские работники, психологи, специалисты по социальной работе, педагоги) разработать план реабилитации несовершеннолетнего, пострадавшего от жестокого обращения (в течение двух рабочих дней с момента подтверждения факта жестокого обращения), включая работу с семьей несовершеннолетнего, пострадавшего от жестокого обращения;

- направить информацию в комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав по месту проживания ребенка и рассмотреть вопрос о привлечении виновных лиц к ответственности, в соответствии с действующим законодательством.

Педагогический работник

1. Сообщает о факте обнаружения признаков жестокого обращения с несовершеннолетним директору (социальному педагогу, заместителю директора по воспитательной работе).

2. Показывает ребенка медработнику, при наличии необходимости оказания экстренной медицинской помощи, обеспечить ребенку эту помощь: вызвать «Скорую помощь», отвезти в травматологический пункт, сообщив об этом родителям или законным представителям ребенка (при невозможности связаться с родителями – специалисту отдела опеки и попечительства муниципального образования).

3. Приглашает на встречу родителей (законных представителей) для сообщения наличия признаков жестокого обращения и получения письменного объяснения.

4. При подтверждении предположения об имевшемся насилии направить информационные письма (Приложение №1) в учредительный орган образовательной организации, органы внутренних дел, отдел опеки и попечительства министерства образования.

** При выявлении ситуаций, когда ребенка наказывают физически, с родителей (законных представителей) берутся объяснения в письменном виде, предупреждение об уголовной ответственности, в дальнейшем - устанавливается контроль за физическим и психологическим состоянием ребенка (устанавливается внутришкольный контроль). В случае повторного обнаружения необходимо принять меры по сопровождению семьи с целью предупреждения повторного насилия (например, при выявлении физических наказаний в семье) или по изъятию ребенка из семьи при обнаружении сексуального или физического насилия и невозможности гарантировать безопасность ребенка в дальнейшем.*

5. Совместно с социальным педагогом посещает место проживания ребенка и его семьи, составляют акт жилищно-бытовых условий.

6. Составляет характеристики на учащегося.

7. Участвует в последующих профилактических мероприятиях.

Социально-педагогическое сопровождение обучающихся и семьи в образовательной организации

Решение проблемы защиты ребенка от жестокого и пренебрежительного отношения со стороны семьи возможно при условии осуществления комплекса мероприятий, направленных на:

- раннее выявление и постановку на учет ребенка из неблагополучной семьи;
- определение причин неблагополучия семьи, нарушения прав ребенка;
- осуществление информационной, правовой помощи семье;
- организацию профилактики нарушений воспитания в семьях «группы риска».

Действия социального педагога, если ребенок воспитывается в семье, находящейся в социально-опасном положении:

1. Уведомление органов опеки и попечительства, КДНиЗП, социальной защиты о факте нахождения ребенка в социально-опасном положении в семье.

2. Обследование жилищно-бытовых условий ребенка, подготовка соответствующего акта по результатам обследования.

3. Обращение в органы опеки и попечительства с ходатайством об изъятии ребенка из семьи.

4. Ходатайство в Управление образования о помещении ребенка в реабилитационный центр для несовершеннолетних.

5. Контроль и /или участие в дальнейшем устройстве ребенка.

Действия социального педагога в случае насилия в семье по отношению к ребенку:

1. Обращение в подразделения по охране прав детства, органы опеки и попечительства, органы внутренних дел.

Одной из форм профилактики насилия в отношении несовершеннолетних является повышение педагогической компетентности родителей ребенка, разъяснение им не только последствий уклонения от исполнения родительских обязанностей, но и возможностей получения материальной и консультативной помощи от различных субъектов профилактики.

Решение проблемы защиты ребенка от жестокого и пренебрежительного отношения со стороны педагогов возможно при условии осуществления комплекса мероприятий, направленных на:

- информирование педагогов по проблеме жестокого обращения с детьми (формы, факторы, ответственность, реагирование на ситуации жестокого обращения с ребенком в семье и школе);
- оказание помощи педагогам в изучении нормативных документов, защищающих ребенка от жестокого обращения (семинары, консультации);
- информирование семьи по проблеме; изучение условий воспитания ребенка в семье, особое внимание - семьям «группы риска».

Алгоритм действий специалистов органов опеки и попечительства

1. С целью профилактики случаев жестокого обращения с несовершеннолетними, специалистами органов опеки и попечительства проводится работа с законными представителями несовершеннолетних, направленная на разъяснение:

- признаков жестокого обращения с ребенком;
- порядка действия в случае обнаружения признаков жестокого обращения с несовершеннолетними, в том числе медицинское освидетельствование несовершеннолетнего, незамедлительное (в тот же день) информирование органа опеки и попечительства по месту фактического нахождения несовершеннолетнего о случае жестокого обращения с несовершеннолетним.

2. После получения информации о случаях жестокого обращения с несовершеннолетним:

2.1. Незамедлительное (в тот же день) проведение органом опеки и попечительства проверки выявленного случая жестокого обращения:

- имел ли место факт жестокого обращения;
- необходима ли несовершеннолетнему помощь узких специалистов (медицинские работники, психологи);

- возможно ли дальнейшее пребывание несовершеннолетнего в семье.

2.2. При непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью – принимают меры к немедленному изъятию ребенка у законных представителей согласно статье 77 Семейного кодекса Российской Федерации, при этом:

- незамедлительно уведомляют прокурора;
- обеспечивают временное устройство ребенка;
- в течение семи дней после вынесения акта об изъятии ребенка обращаются в суд с иском о лишении родителей родительских прав или об ограничении их родительских прав.

Алгоритм действий сотрудников учреждений здравоохранения

При проведении медицинского осмотра ребенка следует оценить:

- наличие у ребенка физических повреждений;
- выраженность у ребенка признаков недостаточного питания;
- своевременность обращения родителей за медицинской помощью, выполнение рекомендаций врача, назначенное лечение, обследование.

Медицинский работник обращает внимание на следующие факты, которые могут свидетельствовать о проявлениях жестокого обращения с ребенком:

- При разговоре с родителями складывается мнение, что родители не спешат обращаться за медицинской помощью в случае физического повреждения или дискомфорта у ребенка.
- При подробном расспросе о характере повреждений ребенка родители не могут четко объяснить причину их возникновения или объяснение не соответствует типу травмы.
- Во время проведения осмотра следует обращать внимание на особенности поведения ребенка:
 - ✓ агрессивная гиперактивность, гиперактивность;
 - ✓ «заторможенное» поведение; угнетение
 - ✓ ребенок избегает зрительного контакта с родителем.

По результатам осмотра ребенка и беседы с родителями (законными представителями, близкими родственниками) можно определить степень вероятности жестокого и пренебрежительного отношения к детям в семье.

В случае выявления явных признаков жестокого обращения с ребенком медицинские работники:

- проводят оценку состояния ребенка-жертвы жестокого обращения, зафиксировав данные в медицинской карте;
- представляют служебную записку руководителю учреждения здравоохранения о выявленном случае жестокого обращения с ребенком.

Руководитель учреждения здравоохранения немедленно (в письменной форме) направляет информацию о выявленном случае жестокого обращения

с ребенком в правоохранительные органы, в органы опеки и попечительства и территориальную комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав.

При выявлении единичных, незначительных случаев проявлений жестокого обращения с ребенком работник учреждения здравоохранения проводит беседу с родителями (законными представителями) ребенка о последствиях психологических травм, необходимости дополнительного медицинского обследования ребенка, о способах выхода из конфликтной ситуации, об адресах помощи семье в решении детско-родительских отношений. В медицинскую карту ребенка вносятся соответствующие записи.

Алгоритм действий специалистов органов и учреждений социальной защиты населения

- сообщить о выявленном случае руководителю учреждения образования письменно для наблюдения за ситуацией в семье и поведением ребенка;

- если ребенок не посещает детское учреждение - установить, имеются ли сведения о семье в территориальной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, совместно с заинтересованными службами определяют перечень совместных мер по предупреждению насилия и жестокости в отношении детей.

- информировать органы опеки и попечительства о выявлении несовершеннолетних, находящихся в обстановке, представляющей угрозу их жизни, здоровью или препятствующей их воспитанию;

- информировать органы внутренних дел о выявлении родителей несовершеннолетних или иных их законных представителей и других лиц, жестоко обращающихся с несовершеннолетними и (или) вовлекающих их в совершение преступления или антиобщественных действий или совершающих по отношению к ним другие противоправные деяния.

В отношении семьи и несовершеннолетнего разрабатывается индивидуальная программа реабилитации; осуществляется социальный патронаж семьи.

Алгоритм действий специалистов комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав

1. При поступлении информации от органов и учреждений системы профилактики, граждан, а также при самостоятельном выявлении факта жестокого обращения с детьми, насильственных действий в отношении детей, специалисты комиссий осуществляют информирование других субъектов профилактики:

- направляют соответствующее сообщение (в письменной форме) в

органы внутренних дел и прокуратуру для принятия мер, установленных законодательством;

- одновременно направляют поручение (в письменной форме) в органы опеки и попечительства, в учреждение образования, социальной защиты населения о принятии мер по обследованию условий воспитания, обучения и содержания несовершеннолетних;

- готовят к рассмотрению на заседании комиссии материалы по итогам обследования жилищно-бытовых условий семьи, вносят предложения на заседании комиссии о внесении сведений о семье в единый банк данных о семьях и несовершеннолетних, находящихся в социально опасном положении, в случае подтверждения ее социально опасного положения, необходимых реабилитационных мероприятий с семьей;

2. Рассматривают на заседании поступившие материалы, связанные с ненадлежащим выполнением обязанностей по воспитанию, обучению и содержанию своих несовершеннолетних детей.

Алгоритм действий сотрудников органов внутренних дел

1. При поступлении информации от органов и учреждений системы профилактики, а также сообщений от граждан, представителей общественности, по факту жестокого обращения с ребенком, сотрудники органов внутренних дел (далее - ОВД) регистрируют данное сообщение в дежурной части территориального ОВД.

2. В 3-х-дневный срок проводят предварительную проверку по заявлению (сообщению), с принятием соответствующего решения (отказать в возбуждении уголовного дела, возбудить уголовное дело). В случае крайней необходимости сроки рассмотрения материала продлеваются до 10 дней (начальником ОВД) либо до 30 дней (органами прокуратуры).

3. Принимают меры по привлечению лиц, допустивших жестокое обращение с несовершеннолетними, к административной, уголовной ответственности, в соответствии с действующим законодательством.

4. В случае принятия решения о возбуждении уголовного дела по факту жестокого обращения, проводят работу по сбору необходимой информации от органов и учреждений системы профилактики, граждан, с целью подтверждения факта жестокого обращения, для приобщения к материалам уголовного дела.

5. При установлении обстоятельств асоциального образа жизни осуществляют постановку родителей на профилактический учет в ОДН и принятия других мер профилактического характера, в соответствии с действующим законодательством.

6. Проводят индивидуальную профилактическую работу с родителями, отрицательно влияющими на детей, и принимают меры к соблюдению прав и законных интересов детей, проживающих в семьях, находящихся в социально опасном положении в связи с жестоким

обращением в отношении несовершеннолетних.

Показателями согласованности действий субъектов профилактики являются:

- количество ведомств, вовлеченных в индивидуально-профилактическую работу с несовершеннолетним и его семьей;
- выполнение мероприятий, планируемых с семьей и несовершеннолетним, в рамках реабилитационной программы и решения комиссии;
- эффективность индивидуальной профилактической работы с несовершеннолетним и его семьей, критерием которой являются позитивные изменения в семье, свидетельствующие о выходе семьи из социально опасного положения.

Литература

1. Защита детей от жестокого обращения / Коллектив авторов — «Питер», 2007.
2. Сафонова Т. Я., Цымбал Е. И. Жестокое обращение с детьми. – М., 1993.
3. Бейзеров В.А. «105 кейсов по педагогике. Педагогические задачи и ситуации». - Издательство «ФЛИНТА», 2014.
4. Быстрова О.А. «Психолого-педагогическая помощь детям в кризисных ситуациях». - Ставропольский край ст. Курская – 2020.
5. Илюхина Е. О. «Виды и формы оказания психологической помощи обучающимся в кризисной ситуации. Возрастные особенности» МКУ ДПО «ГЦОИЗ «МАГИСТР».
6. Методика «Волшебная страна чувств» (Авторы: Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов)
7. Комплексная внешкольная программа по формированию навыков здорового образа жизни у подростков «Все, что тебя касается» разработана Российской некоммерческой организацией – Фонд «Здоровье и развитие».
8. Занятие «Трудные жизненные ситуации» Тамара Чистякова, педагог-психолог высшей квалификационной категории МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1 им. Максима Горького», город Череповец, Вологодская область

Примерное Положение
О службе профилактики подростковых конфликтов и психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетних, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств в образовательной организации (указать)

I. Общие положения

Настоящее Положение определяет цели, задачи и организацию деятельности по профилактике жестокого обращения и психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетних, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств.

Положение разработано в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность образовательной организации (далее ОО) по предупреждению жестокого обращения с детьми, оказанию помощи пострадавшим от жестокого обращения и насилия:

- Конвенция ООН о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20.11.1989, вступила в силу от 02.09.1990);
- Конституция РФ от 25.12.1993;
- Семейный кодекс Российской Федерации от 08.12.1995;
- Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений»;
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.04. 2008 № 48-ФЗ «Об опеке и попечительстве»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Устав школы.

II. Цели и задачи службы

Цели:

- просвещение участников образовательного процесса о влиянии жестокого обращения на развитие ребенка, предупреждению жестокого обращения с детьми, буллинга, скулшутинга, оказанию помощи пострадавшим от жестокого обращения и насилия в образовательной организации;
- формирование нетерпимого отношения к различным проявлениям

насилия в отношении детей;

- повышение уровня защищённости обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации, социально-опасном положении, относящихся к группе риска, состоящих на внутришкольном учете;

- обеспечение комплексного подхода в решении проблем семьи и детства, реализации права ребенка на защиту от жестокого обращения и насилия;

Задачи:

- выявление фактов жестокого обращения: в семье - со стороны родителей (законных представителей), иных членов семьи по отношению к детям; в ученической среде - между детьми; со стороны педагогов по отношению к детям;

- выявление педагогами фактов буллинга;

- организация работы с несовершеннолетними, ставшими жертвой насилия и совершившими насилие, направленная на реабилитацию и адаптацию;

- проведение плановых мероприятий, направленных на профилактику жестокого обращения с детьми.

К «группе риска» по выявлению фактов жестокого обращения относятся обучающиеся:

- испытывающие трудности во взаимоотношениях со сверстниками, учителями и родителями;

- проявляющие физическую и вербальную агрессию;

- делинквентные учащиеся (склонные к правонарушениям и преступлениям);

- совершающие побег и уходы из дома;

- дети, подвергшиеся буллингу (жертвы) и буллеры (подростки не знакомые с нормами морали, не довольные внешностью, дети из неблагополучных семей, бывшие жертвы, подростки, дети, пережившие развод родителей или испытывающие дефицит внимания);

- из неблагополучных семей (неполные семьи — наличие отчимов и мачех, семьи с материальными трудностями; антисоциальные семьи — употребление алкоголя и наркотиков, супружеские конфликты; семьи, где родители сами подвергались насилию);

- со стойкими нарушениями поведения.

III. Организация деятельности по профилактике жестокого обращения с детьми

3.1. Заместитель директора по воспитательной работе ежегодно, в начале учебного года составляет План работы ОО по профилактике жестокого обращения с детьми, который включает следующие направления:

- организационная работа;

- диагностическая работа;

- профилактическая работа с обучающимися;

- профилактическая работа с родителями (законными представителями) и

педагогами.

3.2. Администрация ОО, педагоги проводят профилактическую работу с обучающимися и родителями, согласно плану работы ОО по профилактике жестокого обращения с детьми.

3.3. Администрация ОО осуществляет контроль за реализацией Плана по профилактике жестокого обращения с детьми.

3.4. Администрация ОО, педагоги организуют проведение индивидуальной профилактической работы с несовершеннолетним, в отношении которого совершено жестокое обращение и (или) иное противоправное действие, и его семьей.

3.5. Администрация ОО принимает решение о постановке и снятии несовершеннолетнего с внутришкольного учета, согласно «Положению о постановке на внутришкольный учет обучающихся».

IV. Порядок действий педагогов образовательного учреждения при выявлении фактов жестокого обращения в отношении обучающихся

Действия педагогических работников в случае жестокого обращения (насилия) в ученической среде

4.1. Прекращение насилия.

Любой педагог, увидевший или предположивший, что в отношении ребенка были совершены (совершаются) насильственные действия физического или психологического характера, незамедлительно:

4.1.1. принимает меры по пресечению наблюдаемых насильственных действий и обеспечению безопасности пострадавшему обучающемуся;

4.1.2. оказывает первую помощь пострадавшему и вызывает скорую медицинскую помощь;

4.1.3. информирует об инциденте дежурного администратора;

4.1.4. делает запись в Журнале учета происшествий (случаев насилия) в день совершения инцидента.

4.2. Разбор случая.

Классный руководитель:

4.2.1. проводит по отдельности беседу с пострадавшими, обидчиками и свидетелями. Беседа предполагает установление:

- реальности факта совершения насильственных или дискриминационных действий;

- длительности и повторяемости этих действий (первый и единственный случай, повторные насильственные действия или систематические издевательства - буллинг);

- характера действий и обстоятельств, при которых они происходили;

- участников действий (пострадавший, инициатор/зачинщик, обидчик, активные последователи, свидетели, защитники);

- состояние пострадавшего;

- мотивацию совершения насильственных или дискриминационных действий;

- отношение свидетелей к происходящему, пострадавшему и обидчику;
- динамики происходящего, возможных последствий насилия для всех его участников и вероятной модели развития ситуации.

4.2.2. информирует администрацию об итогах разбора случая.

4.3. Оказание помощи, принятие воспитательных и дисциплинарных мер, завершение случая.

Классный руководитель:

- информирует родителей (законных представителей) «жертвы» и «обидчика» о случившемся инциденте, позиции образовательной организации в отношении насильственных действий, мерах, которые будут предприняты для защиты ребенка (жертвы) и в отношении обидчика;

- предлагает оказание психолого-педагогической помощи (в организации или за ее пределами) в преодолении последствий психологической травмы (пострадавшему ребенку) и в поведенческой коррекции (ребенку - обидчику).

- если случай жестокого обращения (насилия) получил широкую огласку, в целях пресечения распространения слухов классный руководитель совместно с администрацией делает публичное сообщение для родителей (законных представителей) и обучающихся о сути конфликта и принятых мерах;

- по факту завершения случая (оказана помощь всем участникам, в отношении обидчиков приняты воспитательные и дисциплинарные (при необходимости) меры, обстановка в классе (группе) нормализовалась и повторных проявлений насилия со стороны обидчиков (или других лиц в отношении пострадавшего или других обучающихся) не наблюдается в течение 3-4 недель, делает запись в Журнале учета происшествий (случаев насилия).

Педагог-психолог:

- участвует (при необходимости – по приглашению руководителя организации, его заместителя или классного руководителя) в разборе ситуации;

- оценивает психологическое состояние пострадавшего, обидчика, свидетелей и оказывает им психологическую помощь (при наличии письменного согласия родителей);

- консультирует администрацию образовательной организации, классного руководителя, других педагогов и работников по тактике поведения в отношении участников насилия, по вопросам проведения разъяснительной и профилактической работы в классе (группе) и в образовательной организации в целом;

- консультирует родителей (законных представителей) участников ситуации, при наличии показаний рекомендует обратиться за психологической, медицинской и социальной помощью в другие учреждения;

- мониторит психологическое состояние участников ситуации и других учащихся класса (группы), при необходимости проводит групповые занятия

и консультации; тренинги, беседует с родителями, рекомендует обращение за индивидуальной психологической помощью.

Социальный педагог:

- участвует (при необходимости – по приглашению руководителя организации, его заместителя или классного руководителя) в разборе ситуации;

- координирует оказание помощи учащимся со стороны различных специалистов (психолога, социального работника, медицинского работника, юриста и др.) и служб;

- взаимодействует с родителями учащихся и информирует об оказанной помощи классного руководителя и ответственного заместителя директора;

- консультирует классного руководителя, других педагогов и работников по тактике поведения в отношении участников насилия, по вопросам проведения разъяснительной и профилактической работы в классе (группе) и в образовательной организации в целом;

- совместно с классным руководителем или с ответственным заместителем директора организует обсуждение случая или профилактическую беседу с классом (группой).

Действия административных работников ОО

- назначает ответственных и контролирует проведение разбора случая и оказание помощи вовлеченным сторонам;

- незамедлительно информирует вышестоящий орган управления образованием, правоохранительные органы о случае насилия, повлекшем тяжёлые последствия для пострадавшего (особенно в случаях физического и сексуального насилия);

- принимает меры в отношении работников образовательной организации, своевременно не среагировавших на тревожные сигналы (оставивших без внимания сообщения о попытках насилия, игнорировавших конфликтные ситуации) или не прекративших насильственные действия (свидетелями которых они стали или о которых знали);

- принимает дисциплинарные меры в отношении работников образовательной организации, допустивших насильственные действия по отношению к учащимся или коллегам;

- принимает в отношении обучающихся, совершивших насилие, воспитательные и дисциплинарные меры, в числе которых могут быть: беседа, замечание, выговор, постановка на внутриучрежденческий учет для дальнейшего наблюдения, оказания психологической помощи;

- организует проведение совещания педагогов и сотрудников, родительского собрания, классного часа для обучающихся по обсуждению случая насилия и возможностей предотвращения подобных случаев в будущем.

Примерная форма
Журнал учета происшествий (случаев насилия)

Первичные сведения							Вторичные сведения				
Дата	Место	Краткое описание	Последствия (ущерб)	ФИ, класс участников			Какая помощь оказана			Дисциплинарные меры	Дата завершения
				Пострадавший	Обидчик	Свидетели	Пострадавший	Обидчик	Свидетели		

План

психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетнего, имеющего затруднения в усвоении школьной программы

1. Проведение диагностических мероприятий с целью выявления причин затруднений ребенка в учебно-воспитательном процессе:

- Изучение уровня адаптации к школе
- Изучение результатов обучения (успеваемость, познавательная активность, ведение тетрадей).
- Изучение уровня развития когнитивных способностей.

2. Проведение индивидуальной консультативно-разъяснительной работы с родителями по вопросам:

- Причины затруднений ребенка и возможности их коррекции.
- Заключение специалистов — не приговор, а возможность реальной помощи и родителям, и детям.

3. Приглашение родителей и их детей на заседание школьной ППк.

• Доведение до сведения родителей важности прохождения психолого-медико-социальной реабилитации и коррекции (далее ПМСРК) их ребенком. Оценка положительного влияния данной процедуры на снижение уровня тревожности детей и родителей, на возможность обучаться по адаптированной общеобразовательной программе, на вероятность получения щадящего режима при прохождении государственной аттестации.

• Обеспечение атмосферы доброжелательности и психологической безопасности для родителей и ребенка.

• Обеспечение родителей пакетом документов для процедуры прохождения ПМСРК, которые им необходимо будет заполнить

• **Подготовка документов для процедуры прохождения ПМСРК**

• Заполнение документов на учащегося школьными специалистами.

• Прохождение учащимися под контролем родителей медицинское обследование отдельных специалистов.

• Оказание методической помощи родителям по вопросу оформления документов.

5. Организация психолого-педагогического сопровождения процедуры подготовки документов.

Примерное Положение о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации

1. Общие положения

Положение о психолого-педагогическом консилиуме составлено на основании:

- Распоряжения Министерства просвещения РФ от 9 сентября 2019 г. № Р-93 "Об утверждении примерного Положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации".

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. №1082 "Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии".

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", статья 42.

1.1. Психолого-педагогический консилиум (далее - ППк) является одной из форм взаимодействия руководящих и педагогических работников образовательной организации (далее - ОО), с целью создания оптимальных условий обучения, развития, социализации и адаптации обучающихся посредством психолого-педагогического сопровождения.

1.2. Задачами ППк являются:

1.2.1. выявление трудностей в освоении образовательных программ, особенностей в развитии, социальной адаптации и поведении обучающихся для последующего принятия решений об организации психолого-педагогического сопровождения;

1.2.2. разработка рекомендаций по организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся;

1.2.3. консультирование участников образовательных отношений по вопросам актуального психофизического состояния и возможностей обучающихся; содержания и оказания им психолого-педагогической помощи, создания специальных условий получения образования;

1.2.4. контроль за выполнением рекомендаций ППк.

2. Организация деятельности ППк

2.1. ППк создается на базе ОО приказом руководителя ОО. Для организации деятельности ППк в ОО оформляются:

- приказ руководителя ОО о создании ППк с утверждением состава ППк;
- положение о ППк, утвержденное руководителем ОО.

2.2. В ППк ведется документация согласно приложению 1. Порядок хранения и срок хранения документов ППк должен быть определен в Положении о ППк.

2.3. Общее руководство деятельностью ППк возлагается на руководителя ОО.

2.4. Состав ППк:

- председатель ППк - заместитель руководителя ОО;
- заместитель председателя ППк (определенный из числа членов ППк при необходимости);
- педагог-психолог;
- учитель-логопед;
- учитель-дефектолог;
- социальный педагог;
- секретарь ППк (определенный из числа членов ППк).

2.5. Заседания ППк проводятся под руководством Председателя ППк или лица, исполняющего его обязанности.

2.6. Ход заседания фиксируется в протоколе (приложение 2).

Протокол ППк оформляется не позднее пяти рабочих дней после проведения заседания и подписывается всеми участниками заседания ППк.

2.7. Коллегиальное решение ППк, содержащее обобщенную характеристику обучающегося и рекомендации по организации психолого-педагогического сопровождения, фиксируются в заключении (приложение 3). Заключение подписывается всеми членами ППк в день проведения заседания и содержит коллегиальный вывод с соответствующими рекомендациями, которые являются основанием для реализации психолого-педагогического сопровождения обследованного обучающегося.

Коллегиальное заключение ППк доводится до сведения родителей (законных представителей) в день проведения заседания.

В случае несогласия родителей (законных представителей) обучающегося с коллегиальным заключением ППк они выражают свое мнение в письменной форме в соответствующем разделе заключения ППк, а образовательный процесс осуществляется по ранее определенному образовательному маршруту в соответствии с соответствующим федеральным государственным образовательным стандартом.

Коллегиальное заключение ППк доводится до сведения педагогических работников, работающих с обследованным обучающимся, и специалистов, участвующих в его психолого-педагогическом сопровождении, не позднее трех рабочих дней после проведения заседания.

2.8. При направлении обучающегося на психолого-медико-педагогическую комиссию (далее - ПМПк)* оформляется Представление ППк на обучающегося (приложение 4).

Представление ППк на обучающегося для предоставления на ПМПк выдается родителям (законным представителям) под личную подпись.

3. Режим деятельности ППк

3.1. Периодичность проведения заседаний ППк определяется запросом ОО на обследование и организацию комплексного сопровождения обучающихся и отражается в графике проведения заседаний.

3.2. Заседания ППк подразделяются на плановые и внеплановые.

3.3. Плановые заседания ППк проводятся в соответствии с графиком проведения, но не реже одного раза в полугодие, для оценки динамики обучения и коррекции для внесения (при необходимости) изменений и дополнений в рекомендации по организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

3.4. Внеплановые заседания ППк проводятся при зачислении нового обучающегося, нуждающегося в психолого-педагогическом сопровождении; при отрицательной (положительной) динамике обучения и развития обучающегося; при возникновении новых обстоятельств, влияющих на обучение и развитие обучающегося в соответствии с запросами родителей (законных представителей) обучающегося, педагогических и руководящих работников ОО; с целью решения конфликтных ситуаций и других случаях.

3.5. При проведении ППк учитываются результаты освоения содержания образовательной программы, комплексного обследования специалистами ППк, степень социализации и адаптации обучающегося.

На основании полученных данных разрабатываются рекомендации для участников образовательных отношений по организации психолого-педагогического сопровождения обучающегося.

3.6. Деятельность специалистов ППк осуществляется бесплатно.

3.7. Специалисты, включенные в состав ППк, выполняют работу в рамках основного рабочего времени, составляя индивидуальный план работы в соответствии с планом заседаний ППк, а также запросами участников образовательных отношений на обследование и организацию комплексного сопровождения обучающихся.

Специалистам ППк за увеличение объема работ устанавливается доплата, размер которой определяется ОО самостоятельно.

4. Проведение обследования

4.1. Процедура и продолжительность обследования ППк определяются исходя из задач обследования, а также возрастных, психофизических и иных индивидуальных особенностей обследуемого обучающегося.

4.2. Обследование обучающегося специалистами ППк осуществляется по инициативе родителей (законных представителей) или сотрудников ОО с письменного согласия родителей (законных представителей) (приложение 5).

4.3. Секретарь ППк по согласованию с председателем ППк заблаговременно информирует членов ППк о предстоящем заседании ППк, организует подготовку и проведение заседания ППк.

4.4. На период подготовки к ППк и последующей реализации рекомендаций обучающемуся назначается ведущий специалист: учитель и/или классный руководитель, воспитатель или другой специалист. Ведущий специалист представляет обучающегося на ППк и выходит с инициативой повторных обсуждений на ППк (при необходимости).

4.5. По данным обследования каждым специалистом составляется заключение и разрабатываются рекомендации.

На заседании ППк обсуждаются результаты обследования ребенка каждым специалистом, составляется коллегиальное заключение ППк.

4.6. Родители (законные представители) имеют право принимать участие в обсуждении результатов освоения содержания образовательной программы, комплексного обследования специалистами ППк, степени социализации и адаптации обучающегося.

5. Содержание рекомендаций ППк по организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся

5.1. Рекомендации ППк по организации психолого-педагогического сопровождения обучающегося с ограниченными возможностями здоровья конкретизируют, дополняют рекомендации ПМПк и могут включать в том числе:

- разработку адаптированной основной общеобразовательной программы;
- разработку индивидуального учебного плана обучающегося;
- адаптацию учебных и контрольно-измерительных материалов;
- предоставление услуг тьютора, ассистента (помощника), оказывающего обучающемуся необходимую техническую помощь, услуг по сурдопереводу, тифлопереводу, тифлосурдопереводу (индивидуально или на группу обучающихся), в том числе на период адаптации обучающегося в ОО/учебную четверть, полугодие, учебный год/на постоянной основе.
- другие условия психолого-педагогического сопровождения в рамках компетенции ОО.

5.2. Рекомендации ППк по организации психолого-педагогического сопровождения обучающегося на основании медицинского заключения могут включать условия обучения, воспитания и развития, требующие организации обучения по индивидуальному учебному плану, учебному расписанию, медицинского сопровождения, в том числе:

- дополнительный выходной день;
- организация дополнительной двигательной нагрузки в течение учебного дня/снижение двигательной нагрузки;
- предоставление дополнительных перерывов для приема пищи, лекарств;
- снижение объема задаваемой на дом работы;
- предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь;
- другие условия психолого-педагогического сопровождения в рамках компетенции ОО.

5.3. Рекомендации ППк по организации психолого-педагогического сопровождения обучающегося, испытывающего трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации** могут включать в том числе:

- проведение групповых и (или) индивидуальных коррекционно-развивающих и компенсирующих занятий с обучающимся;

- разработку индивидуального учебного плана обучающегося;
- адаптацию учебных и контрольно-измерительных материалов;
- профилактику асоциального (девиантного) поведения обучающегося;
- другие условия психолого-педагогического сопровождения в рамках компетенции ОО.

5.4. Рекомендации по организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся реализуются на основании письменного согласия родителей (законных представителей).

* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. N 1082 "Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии".

** Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", статья 42

Приложение 4

Документация психолого-педагогического консилиума

1. Приказ о создании ППк с утвержденным составом специалистов ППк;
2. Положение о ППк;
3. График проведения плановых заседаний ППк на учебный год;
4. Журнал учета заседаний ППк и обучающихся, прошедших ППк по форме:

№	Дата	Тема заседания*	Вид консилиума (плановый/внеплановый)

* - утверждение плана работы ППк; утверждение плана мероприятий по выявлению обучающихся с особыми образовательными потребностями; проведение комплексного обследования обучающегося; обсуждение результатов комплексного обследования; обсуждение результатов образовательной, воспитательной и коррекционной работы с обучающимся; зачисление обучающихся на коррекционные занятия; направление обучающихся в ПМПк; составление и утверждение индивидуальных образовательных маршрутов (по форме определяемой образовательной организацией); экспертиза адаптированных основных образовательных программ ОО; оценка эффективности и анализ результатов коррекционно-развивающей работы с обучающимися и другие варианты тематик.

5. Журнал регистрации коллегиальных заключений психолого-педагогического консилиума по форме:

№ п/п	ФИО обучающегося, класс/группа	Дата рожд	Инициатор обращения	Повод обращения в ППк	Коллегиальное заключение	Результат обращения

6. Протоколы заседания ППк;

7. Карта развития обучающегося, получающего психолого-педагогическое сопровождение (В карте развития находятся результаты комплексного обследования, характеристика или педагогическое представление на обучающегося, коллегиальное заключение консилиума, копии направлений на ПМПк, согласие родителей (законных представителей) на обследование и психолого-педагогическое сопровождение ребенка, вносятся данные об обучении ребенка в классе/группе, данные по коррекционной-развивающей работе, проводимой специалистами психолого-педагогического сопровождения. Карта развития хранится у председателя консилиума и выдается руководящим работникам ОО, педагогам и специалистам, работающим с обучающимся).

8. Журнал направлений обучающихся на ПМПк по форме:

№ п/п	ФИО обучающегося,	Дата рожд.	Цель направления	Причина направления	Отметка о получении

	класс/группа				направления родителями
					Получено: далее перечень документов, переданных родителям (законным представителям)
<p>Я, _____ пакет документов получил(а). _____ ФИО родителя (законного представителя) " " 20 ____ г. _____ _____ Подпись</p> <p>Расшифровка</p>					

Протокол заседания психолого-педагогического консилиума

Шапка/официальный бланк ОО

**Протокол заседания психолого-педагогического консилиума
наименование ОО**

№ _____ от " _____ " _____ 20__ г.

Присутствовали: И.О. Фамилия (должность в ОО, роль в ППк), И.О. Фамилия (мать/отец ФИО обучающегося).

Повестка дня:

1. ...

2. ...

Ход заседания ППк:

1. ...

2. ...

Решение ППк:

1. ...

2. ...

Приложения (характеристики, представления на обучающегося, результаты продуктивной деятельности обучающегося, копии рабочих тетрадей, контрольных и проверочных работ и другие необходимые материалы):

1. ...

2. ...

Председатель ППк _____ И.О. Фамилия

Члены ППк:

И.О. Фамилия

И.О. Фамилия

Другие присутствующие на заседании:

И.О. Фамилия

И.О. Фамилия

Заключение психолого-педагогического консилиума

Шапка/официальный бланк ОО

**Коллегиальное заключение психолого-педагогического консилиума
(наименование образовательной организации)**

Дата " ____ " _____ 20__ года

Общие сведения

ФИО обучающегося:

Дата рождения обучающегося:

Класс / группа:

Образовательная программа:

Причина направления на ППк:

Коллегиальное заключение ППк

(выводы об имеющихся у ребенка трудностях (без указания диагноза) в развитии, обучении, адаптации (исходя из актуального запроса) и о мерах, необходимых для разрешения этих трудностей, включая определение видов, сроков оказания психолого-медико-педагогической помощи.

Рекомендации педагогам

Рекомендации родителям

Приложение: (планы коррекционно-развивающей работы, индивидуальный образовательный маршрут и другие необходимые материалы):

Председатель ППк _____ И.О. Фамилия

Члены ППк:

И.О. Фамилия

И.О. Фамилия

С решением ознакомлен(а) _____ / _____
(подпись и ФИО (полностью) родителя (законного представителя))

С решением согласен(на) _____ / _____
(подпись и ФИО (полностью) родителя (законного представителя))

С решением согласен(на) частично, не согласен(на) с пунктами: _____

_____ / _____

(подпись и ФИО (полностью) родителя (законного представителя))

Представление психолого-педагогического консилиума на обучающегося для ПМПК (ФИО, дата рождения, группа/класс)

Общие сведения:

- дата поступления в образовательную организацию;
- программа обучения (полное наименование);
- форма организации образования:

1. в группе/классе

группа: комбинированной направленности, компенсирующей направленности, общеразвивающая, присмотра и ухода, кратковременного пребывания, Лекотека и др.);

класс: общеобразовательный, отдельный для обучающихся с ...;

2. на дому;

3. в форме семейного образования;

4. сетевая форма реализации образовательных программ;

5. с применением дистанционных технологий.

- факты, способные повлиять на поведение и успеваемость ребенка в ОО: переход из одной ОО в другую ОО (причины), перевод в состав другого класса, замена учителя начальных классов (однократная, повторная), межличностные конфликты в среде сверстников; конфликт семьи с ОО, обучение на основе индивидуального учебного плана, надомное обучение, повторное обучение, наличие частых, хронических заболеваний или пропусков учебных занятий и др.;

- состав семьи (перечислить, с кем проживает ребенок - родственные отношения и количество детей/взрослых);

- трудности, переживаемые в семье (материальные, хроническая психотравматизация, особо отмечается наличие жестокого отношения к ребенку, факт проживания совместно с ребенком родственников с асоциальным или антисоциальным поведением, психическими расстройствами - в том числе братья/сестры с нарушениями развития, а также переезд в другие социокультурные условия менее, чем 3 года назад, плохое владение русским языком одного или нескольких членов семьи, низкий уровень образования членов семьи, больше всего занимающихся ребенком).

Информация об условиях и результатах образования ребенка в ОО:

1. Краткая характеристика познавательного, речевого, двигательного, коммуникативно-личностного развития ребенка на момент поступления в ОО: качественно в соотношении с возрастными нормами развития (значительно отставало, отставало, неравномерно отставало, частично опережало).

2. Краткая характеристика познавательного, речевого, двигательного, коммуникативно-личностного развития ребенка на момент подготовки характеристики: качественно в соотношении с возрастными нормами

развития (значительно отстает, отстает, неравномерно отстает, частично опережает).

3. Динамика (показатели) познавательного, речевого, двигательного, коммуникативно-личностного развития (по каждой из перечисленных линий): крайне незначительная, незначительная, неравномерная, достаточная.

4. Динамика (показатели) деятельности (практической, игровой, продуктивной) за период нахождения в образовательной организации*.

5. Динамика освоения программного материала:

- программа, по которой обучается ребенок (авторы или название ОП/АОП);

- соответствие объема знаний, умений и навыков требованиям программы или, для обучающегося по программе дошкольного образования: достижение целевых ориентиров (в соответствии с годом обучения) или, для обучающегося по программе основного, среднего, профессионального образования: достижение образовательных результатов в соответствии с годом обучения в отдельных образовательных областях: (фактически отсутствует, крайне незначительна, невысокая, неравномерная).

6. Особенности, влияющие на результативность обучения: мотивация к обучению (фактически не проявляется, недостаточная, нестабильная), сензитивность в отношениях с педагогами в учебной деятельности (на критику обижается, дает аффективную вспышку протеста, прекращает деятельность, фактически не реагирует, другое), качество деятельности при этом (ухудшается, остается без изменений, снижается), эмоциональная напряженность при необходимости публичного ответа, контрольной работы и пр. (высокая, неравномерная, нестабильная, не выявляется), истощаемость (высокая, с очевидным снижением качества деятельности и пр., умеренная, незначительная) и др.

7. Отношение семьи к трудностям ребенка (от игнорирования до готовности к сотрудничеству), наличие других родственников или близких людей, пытающихся оказать поддержку, факты дополнительных (оплачиваемых родителями) занятий с ребенком (занятия с логопедом, дефектологом, психологом, репетиторство).

8. Получаемая коррекционно-развивающая, психолого-педагогическая помощь (конкретизировать); (занятия с логопедом, дефектологом, психологом, учителем начальных классов - указать длительность, т.е. когда начались/закончились занятия), регулярность посещения этих занятий, выполнение домашних заданий этих специалистов.

9. Характеристики взросления**:

- хобби, увлечения, интересы (перечислить, отразить их значимость для обучающегося, ситуативность или постоянство пристрастий, возможно наличие травмирующих переживаний - например, запретили родители, исключили из секции, перестал заниматься из-за нехватки средств и т.п.);

- характер занятости во внеучебное время (имеет ли круг обязанностей, как относится к их выполнению);

- отношение к учебе (наличие предпочитаемых предметов, любимых учителей);

- отношение к педагогическим воздействиям (описать воздействия и реакцию на них);

- характер общения со сверстниками, одноклассниками (отвергаемый или оттесненный, изолированный по собственному желанию, неформальный лидер);

- значимость общения со сверстниками в системе ценностей обучающегося (приоритетная, второстепенная);

- значимость виртуального общения в системе ценностей обучающегося (сколько времени по его собственному мнению проводит в социальных сетях);

- способность критически оценивать поступки свои и окружающих, в том числе антиобщественные проявления (не сформирована, сформирована недостаточно, сформирована "на словах");

- самосознание (самооценка);

- принадлежность к молодежной субкультуре (ам);

- особенности психосексуального развития;

- религиозные убеждения (не актуализирует, навязывает другим);

- отношения с семьей (описание известных педагогам фактов: кого слушается, к кому привязан, либо эмоциональная связь с семьей ухудшена/утрачена);

- жизненные планы и профессиональные намерения.

Поведенческие девиации**:

- совершенные в прошлом или текущие правонарушения;

- наличие самовольных уходов из дома, бродяжничество;

- проявления агрессии (физической и/или вербальной) по отношению к другим (либо к животным), склонность к насилию;

- оппозиционные установки (спорит, отказывается) либо негативизм (делает наоборот);

- отношение к курению, алкоголю, наркотикам, другим психоактивным веществам (пробы, регулярное употребление, интерес, стремление, зависимость);

- сквернословие;

- проявления злости и/или ненависти к окружающим (конкретизировать);

- отношение к компьютерным играм (равнодушен, интерес, зависимость);

- повышенная внушаемость (влияние авторитетов, влияние дисфункциональных групп сверстников, подверженность влиянию моды, средств массовой информации и пр.);

- дезадаптивные черты личности (конкретизировать).

10. Информация о проведении индивидуальной профилактической работы (конкретизировать).

11. Общий вывод о необходимости уточнения, изменения, подтверждения образовательного маршрута, создания условий для коррекции нарушений развития и социальной адаптации и/или условий проведения индивидуальной профилактической работы.

Дата составления документа.

Подпись председателя ППк. Печать образовательной организации.

Дополнительно:

1. Для обучающегося по АОП - указать коррекционно-развивающие курсы, динамику в коррекции нарушений;

2. Приложением к Представлению для школьников является табель успеваемости, заверенный личной подписью руководителя ОО (уполномоченного лица), печатью ОО;

3. Представление заверяется личной подписью руководителя ОО (уполномоченного лица), печатью ОО;

4. Представление может быть дополнено исходя из индивидуальных особенностей обучающегося.

5. В отсутствие в ОО психолого-педагогического консилиума, Представление готовится педагогом или специалистом психолого-педагогического профиля, в динамике наблюдающим ребенка (воспитатель/учитель начальных классов/классный руководитель/мастер производственного обучения/тьютор/психолог/дефектолог).

* Для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

** Для подростков, а также обучающихся с девиантным (общественно опасным) поведением

Приложение 8

Согласие родителей (законных представителей) обучающегося на проведение обследования специалистами психолого-педагогического консилиума

Я, _____
ФИО родителя (законного представителя) обучающегося

_____ (номер, серия паспорта, когда и кем выдан)

являюсь родителем (законным представителем) _____ (нужное подчеркнуть)

_____ (ФИО, класс/группа, в котором/ой обучается обучающийся, дата (дд.мм.гг.) рождения)

Выражаю согласие на проведение психолого-педагогического обследования.

"__" _____ 20__ г.

/ _____ / _____
(подпись) (расшифровка подписи)

Информационное письмо
ПОЛНОЕ НАИМЕНОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Адрес ОО _____

Телефон/факс: _____

E-mail: _____

« ___ » _____ 20 ___ г. № _____

Начальнику департамента образования МО

Директора ОО

Информационное письмо

Сообщаем Вам *описать кратко случай произошедшего с указанием проведенной на данный момент работы*

Директор ОО _____ / _____

Исп. _____ (заместитель директора по воспитательной работе)