

Министерство просвещения ПМР

ГОУ ДПО «Институт развития образования и повышения квалификации»

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ/ВОСПИТАННИКОВ  
«ГРУППЫ РИСКА»**

*Методические рекомендации  
для педагогов-психологов, социальных педагогов,  
педагогов организаций образования*

Тирасполь

2022

*Рекомендовано*

*Республиканским научно-методическим советом по психологии*

**Авторы-составители:**

**Клименко И.В.**, канд. психол. наук, доцент, начальник Управления молодежной политики и социально-психологической поддержки ГОУ ВПО «ПГУ им. Т.Г. Шевченко», руководитель РНМС по психологии;

**Тымчек М.Г.**, начальник Управления инспектирования, аттестации и мониторинга системы образования Министерства просвещения ПМР;

**Радуюлова С.П.**, заведующая отделом межведомственного взаимодействия МСУ «Центр социально-воспитательной работы» (г. Тирасполь);

**Олийниченко Л.А.**, педагог-психолог высш. квалиф. категории ГОУ СПО «Дубоссарский индустриальный техникум», руководитель районного методобъединения педагогов-психологов организаций среднего профессионального образования;

**Кобылянская А.И.**, педагог-психолог высш. квалиф. категории МОУ «Дубоссарская гимназия № 1», руководитель районного методобъединения педагогов-психологов;

**Фуртуна Е.А.**, педагог-психолог МОУ «С(К)ОШ-И VIII вида» (г. Тирасполь);

**Попатенко А.А.**, социальный педагог первой квалиф. категории МОУ «Тираспольская СШ № 15»;

**Мазур И.А.**, педагог-психолог первой квалиф. категории МДОУ «Рыбницкий детский сад № 3 комбинированного вида», руководитель районного и городского методобъединения педагогов-психологов организаций дошкольного образования;

**Стратула О.Г.**, педагог-психолог высш. квалиф. категории МОУ «Григориопольская ОСШ № 2 им. А. Стоева с лицейскими классами», руководитель районного методобъединения психологов;

**Халюк Л.В.**, педагог-психолог первой квалиф. категории ГОУ СПО «Приднестровский колледж технологий и управления».

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b> .....	4
Нормативно-правовое обеспечение сопровождения обучающихся/воспитанников «группы риска» .....	5
<b>ГЛАВА 1. Теоретико-методологические основы определения и психолого-педагогического сопровождения обучающихся/воспитанников «группы риска»</b>	
1.1. Характеристика понятия «дети зоны и группы риска» .....	7
1.2. Психологические особенности обучающихся/воспитанников «зоны и группы риска» на разных возрастных этапах .....	15
1.3. Причины попадания обучающихся/воспитанников в «зону риска» и «группу риска» .....	23
<b>ГЛАВА 2. Особенности работы с обучающимися/воспитанниками «группы риска»</b>	
2.1. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся/воспитанников «группы риска» .....	26
2.1.1. Установление психологического контакта с обучающимися «группы риска» .....	29
2.1.2. Психолого-педагогическая диагностика обучающихся «группы риска»	31
2.1.3. Составление программы действий по оказанию психологической помощи и поддержки обучающихся «группы риска» .....	34
2.2. Особенности консультирования обучающихся/воспитанников «группы риска» .....	37
2.3. Особенности психолого-педагогического сопровождения детей «зоны риска» в организациях дошкольного образования .....	41
2.4. Психолого-педагогическое сопровождение семьи обучающегося/воспитанника «группы риска» .....	45
2.5. Работа с педагогами .....	51
2.6. Комплексное взаимодействие классных руководителей/кураторов групп, социальных педагогов, педагогов-психологов при сопровождении обучающихся «группы риска» .....	53
<b>Список литературы</b> .....	56
<i>Приложения</i> .....	58

## ВВЕДЕНИЕ

Одним из основных направлений работы психолого-педагогической службы организаций образования является своевременное выявление и сопровождение обучающихся/воспитанников, склонных к социальной дезадаптации (дети «группы риска»).

В настоящее время понятие «дети „группы риска”» употребляется довольно часто в психологии и педагогике. В зависимости от области изучения выделяют множество классификаций обучающихся «группы риска». В психологии, педагогике, социальной педагогике к данной категории детей относят тех, кто испытывает трудности в обучении, психическом развитии, социальной адаптации, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, социализации в целом.

**Обучающиеся «группы риска»** – это те дети, которые находятся в критической ситуации под воздействием нежелательных факторов риска (медико-биологические, социально-экономические, семейные, психологические, педагогические).

Вовремя замеченные отклонения в поведении обучающихся/воспитанников и правильно организованная психолого-педагогическая помощь играет важную роль в предотвращении деформации личности ребенка. Поэтому следует проводить раннее выявление обучающихся/воспитанников «группы риска». Данные обучающиеся требуют пристального внимания и изучения их индивидуальных особенностей, а также разработки программ коррекционного развития (устранение главных причин, сопутствующих причин, оказание помощи и психологической поддержки).

Для решения проблем обучающихся «группы риска» необходима организация эффективного психолого-педагогического сопровождения. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся «группы риска» подразумевает систему работы с данной категорией обучающихся и включает всех субъектов образовательного процесса: обучающихся, педагога-психолога, социального педагога, педагогический коллектив, родителей.

Целью данного методического пособия является комплексное описание психологических особенностей обучающихся/воспитанников «группы риска» и системы их психолого-педагогического сопровождения в условиях обучения в организациях образования ПМР.

## **Нормативно-правовое обеспечение сопровождения обучающихся/воспитанников «группы риска»:**

- Конвенция «О правах ребенка» (20 ноября 1989 года);
- Конституция Приднестровской Молдавской Республики;
- Кодекс о браке и семье Приднестровской Молдавской Республики;
- Закон Приднестровской Молдавской Республики от 15 июля 2011 года № 116-3-V «Об основных гарантиях прав ребенка в Приднестровской Молдавской Республике» (САЗ 11-28);
- Закон Приднестровской Молдавской Республики от 16 ноября 2005 года № 665-3-III «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (САЗ 02-1);
- Закон Приднестровской Молдавской Республики от 10 февраля 2005 года № 529-3-III «Об образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья (специальном образовании)» (САЗ 05-7) в действующей редакции;
- Закон Приднестровской Молдавской Республики от 27 июля 2010 года № 158-3-IV «Об организации и осуществлении деятельности по опеке/попечительству в Приднестровской Молдавской Республике» (САЗ 10-30);
- Закон Приднестровской Молдавской Республики от 27 июля 2010 года № 159-3-IV «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» (САЗ 10-30);
- Постановление Правительства Приднестровской Молдавской Республики от 22 июня 2018 года № 218 «Об утверждении Положения о комиссиях по защите прав несовершеннолетних» (САЗ 18-25);
- Постановление Правительства Приднестровской Молдавской Республики от 7 декабря 2020 года № 432 «Об утверждении Положения о порядке организации межведомственного взаимодействия органов и учреждений по раннему выявлению и учету неблагополучных семей, семей, находящихся в социально опасном положении, имеющих детей, права и законные интересы которых нарушены, и профилактике социального сиротства»;
- Постановление Правительства Приднестровской Молдавской Республики от 6 июня 2013 года № 99 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии» (САЗ 13-22) в действующей редакции;

– Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 30 июня 2017 года № 795 «Об утверждении Положения о психолого-педагогической службе в системе образования Приднестровской Молдавской Республики» (САЗ 17-35) в действующей редакции;

– Приказ Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 11 июня 2019 года № 540 «Об утверждении Концепции развития психолого-педагогической службы в системе образования Приднестровской Молдавской Республики» (САЗ 19-34);

– Приложение к письму Министерства просвещения Приднестровской Молдавской Республики от 28 декабря 2021 г. № 2-18/267 «Регламент работы педагогических и руководящих работников организаций образования с обучающимися с целью профилактики безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних».

# **ГЛАВА 1. Теоретико-методологические основы определения и психолого-педагогического сопровождения обучающихся/воспитанников «группы риска»**

## **1.1. Характеристика понятия «дети зоны и группы риска»**

В настоящее время понятие «обучающиеся группы риска» употребляется довольно часто в педагогике и психологии. Оно может считаться сегодня общепринятым, однако существуют различные его трактовки, поэтому нуждается в уточнении.

Слово риск означает возможность, большую вероятность чего-либо, как правило, негативного, нежелательного, что может произойти или не произойти. Поэтому, когда говорят об обучающихся/воспитанниках «группы риска», подразумевается, что эти дети находятся под воздействием некоторых нежелательных факторов, которые могут сработать или не сработать.

Фактически речь идет о двух сторонах риска. С одной стороны, это риск для общества, который создают обучающиеся данной категории. Это понятие позволяло выделять категории людей, семей, поведение которых могло представлять определенную опасность для окружающих и общества в целом, поскольку противоречило общепринятым нормам и правилам.

Однако в последнее время эта категория обучающихся рассматривается специалистами прежде всего с точки зрения того риска, которому постоянно подвергаются они сами: риска потери жизни, здоровья, нормальных условий для полноценного развития и т.д.

Разные ученые выделяют различные группы факторов, позволяющих отнести детей и подростков к данной категории.

Л.В. Мардахаев относит к группе риска объединение, члены которого уязвимы или могут понести ущерб от определенных социальных обстоятельств или воздействий окружающей среды. Так, «группой риска» он считает: многодетные, неполные семьи; семьи, имеющие детей-инвалидов; детей, оставшихся без попечения родителей.

Что касается детей, подростков «группы риска», то к ним он относит детей, которые в силу различных причин генетического, биологического и социального свойства уже приходят в школу психически и соматически ослабленными, социально запущенными, с риском школьной и социальной дезадаптации.

По мнению Е.И. Казаковой, можно назвать три основные группы факторов риска, которые создают вероятностную опасность для ребенка: психофизические, социальные и педагогические.

Близко к этому подход В.Е. Летуновой, которая выделяет следующую группу факторов риска:

– медико-биологические (группы здоровья, наследственные причины, врожденные свойства, нарушение в психическом и физическом развитии, условия рождения ребенка, заболевания матери и ее образ жизни, травмы внутриутробного развития);

– социально-экономические (многодетные и неполные семьи, несовершеннолетние родители, безработные семьи, семьи, ведущие аморальный образ жизни; неприспособленность к жизни в обществе: бегство, бродяжничество, безделье, воровство, мошенничество, драки, убийства, попытки суицида, агрессивное поведение, употребление спиртных напитков, наркотиков);

– психологические (отчуждение от социальной среды, неприятие себя, невротические реакции, нарушение общения с окружающими, эмоциональная неустойчивость, неуспех в деятельности, неуспех в социальной адаптации, трудности общения, взаимодействия со сверстниками и взрослыми);

– педагогические (несоответствие содержания программ образовательного учреждения и условий обучения детей их психофизиологическим особенностям, темпа психического развития детей и темпа обучения, преобладание отрицательных оценок, неуверенность в деятельности, отсутствие интересов к учению, закрытость для положительного опыта, несоответствие образу школьника).



При этом необходимо учитывать, что социально-педагогическая работа с обучающимися «группы риска» имеет две основные составляющие:

- 1) выявление детей этой категории в детской среде;
- 2) непосредственная, индивидуальная или групповая работа с детьми.

Комплексность проблем, которые требуют решения в процессе социально-педагогической работы с обучающимися «группы риска», участия в этой деятельности разных специалистов.

Л.Я. Олиференко, Т.И. Шульга, И.Ф. Дементьева дают следующие определения обучающимся «группы риска»: категория детей, которые в силу определенных обстоятельств жизни более других подвержены негативным внешним воздействиям со стороны общества и его криминальных элементов, ставшим причиной дезадаптации несовершеннолетних.

Понятия **«дезадаптированные дети»** и **«дети с отклоняющимся (девиантным) поведением»** имеют социальный, или, скорее, социально-психологический оттенок и характеризуют данную категорию детей с позиции социальной нормы, а точнее – несоответствия ей. Наиболее характерными проявлениями социальной и психолого-педагогической дезадаптации этих детей являются их агрессивное поведение, конфликты с учителями и сверстниками, употребление алкоголя и наркотиков, совершение правонарушений (драки, воровство, мошенничество и др.), непосещение школы, бродяжничество, попытки суицида и т.д. Поэтому такие дети нуждаются в корректировке их социального функционирования и поведения, или шире – процесса их социализации. То есть главная цель при таком подходе – приспособить, адаптировать их к социуму, сделать так, чтобы их поведение не выходило за рамки социальной нормы, не препятствовало установлению нормальных отношений с окружающими.

Отечественные и зарубежные психологи неоднократно подчеркивали, что нормальное развитие ребенка связано с удовлетворением его основных потребностей в познании и общении. Семьи, пренебрегающие нуждами своих детей, в том числе и в общении, способствуют их попаданию в зону риска, наносят значительный вред нормальному развитию ребенка.

**В зоне риска находятся те дети, у которых проблемы со здоровьем, с обучением, которые проявляют асоциальные формы поведения.** Эти дети переходят в «группу риска» в том случае, если в семье и организации образования им не будут созданы специальные коррекционно-реабилитационные условия. Отсутствие этих условий станет той границей, которую может пересечь ребенок и оказаться в «группе риска».

Педагоги и родители должны помнить, что граница перехода ребенка *из «зоны риска» в «группу риска»* всегда рядом и шансы переступить ее невероятно велики. Они удваиваются с появлением отрицательных воздействий среды и далеко не всегда начинаются с отрицательного воздействия улицы. Улица, с ее деструктивным влиянием, является скорее результатом, чем условием негативного воздействия, вернее сказать – негативного бездействия ответственных за развитие ребенка социальных институтов: семьи и организации образования.

Можно выделить пять основных проблемных групп детей в организации образования, которые находятся в «зоне риска» и могут перейти в «группу риска», если им не будут созданы благоприятные условия развития, психолого-педагогическое сопровождение в организации образования, любовь, понимание и забота в семье, индивидуальный подход к удовлетворению их специальных потребностей:

1. Одаренные дети.
2. Дети с проблемами в обучении и развитии.
3. Дети со слабым здоровьем, психофизически ослабленные, инвалиды.
4. Дети из проблемных и неблагополучных семей.
5. Педагогически запущенные дети.

*До тех пор, пока обучающийся/воспитанник поддается педагогическому воздействию, он находится в «зоне риска». Неуправляемые обучающиеся/воспитанники с асоциальным поведением: девиантным, аддиктивным (порабощенным алкоголем, наркотиками и пр.) – переходят в «группу риска».*

Практические психологи считают, что причины асоциального поведения могут быть разными. Так, например, ребенок может подражать деструктивному поведению своих родителей, проявляя тот же самый тип агрессивности

и возбудимости с целью предотвращения жестокого обращения с собой. Или его учебная неуспеваемость может быть спровоцирована хроническим генетическим заболеванием. Но педагоги должны представлять целостную картину детских проблем, для того чтобы обеспечить продуктивную помощь детям с разными нуждами.

Для этого необходимо ориентироваться на обобщенную классификацию проблем обучающихся/воспитанников, находящихся в «зоне или группе риска» (Светлана Владимировна Титова, 2008).

**Дети с проблемами в обучении.** Дети, которые, несмотря на усердный кропотливый труд, в большей или меньшей степени неуспешны в учебе по всем учебным дисциплинам или по отдельным учебным предметам (гуманитарного, естественно-научного, точного, информационно-технологического, спортивно-физического цикла). Дети, попадающие в «*зону риска*» по причине неуспеваемости, не соответствуют нормативным требованиям, предъявляемым к знаниям, умениям, навыкам по отдельным (или нескольким) дисциплинам, а также обладают индивидуальными способностями и возможностями, неадекватными требованиям педагогов, в связи с чем получают неудовлетворительные оценки по предметам.

Другая категория трудностей педагогов в работе с детьми этой категории – *отсутствие учебно-познавательной мотивации*. Эти дети не испытывают желания к учебному труду, ведущий тип мотивации – избегания неудач. Все это формирует искаженные в морально-нравственном аспекте формы поведения. Подростки обманывают родителей и педагогов, пропускают уроки, не выполняют домашние задания. Как показывает практика, это не вина, а беда тех детей, у которых во время обучения в школе начальной ступени не сформировались базовые навыки учебной деятельности. Эти дети не получили своевременной помощи со стороны педагога, педагога-психолога и особенно – собственных родителей.

Следующую категорию представляют ***дети со слабым здоровьем, психофизически ослабленные, инвалиды***. Они вынуждены находиться под постоянным медицинским контролем, проходить системное плановое и профилактическое лечение.

Большинство детей, попадающих в «зону риска» из-за проблем со здоровьем, вынуждены подчинять огромную часть своего времени здоровьесбережению, специальным курсам лечения в медицинских учреждениях, больницах, санаториях. Таким образом, больной ребенок, как правило, ограничен территориально, социально (строго определенным кругом людей, без возможности выбора предмета для общения), эмоционально (часто находится вдали от родных и близких, в изоляции от друзей), физически (больные дети намного слабее своих сверстников, в связи с чем могут развиваться зависимые формы поведения, внутрличностные комплексы, требующие общения с психологом).

Еще одна категория детей – *воспитывающиеся в семьях, имеющих социально-экономические или психолого-педагогические проблемы*. Попадающих в «зону риска» детей из проблемных или неблагополучных семей отличает эмоционально неустойчивое поведение, связанное с постоянными переживаниями и страданиями ребенка из-за психологических, моральных, физических, материально-экономических трудностей своей семьи (или отдельных ее членов). Можно условно разделить эти семьи на два основных типа: *благополучные и неблагополучные*.

*Семьи, имеющие социально-экономические проблемы, но благополучные, находятся в зоне социально-экономического риска:*

- неполные семьи;
- многодетные семьи;
- опекаемые семьи;
- семьи, имеющие детей-инвалидов;
- семьи, где родители-инвалиды;
- семьи, где отдельные члены семьи имеют хронические психосоматические заболевания;
- семьи беженцев;
- семьи участников военных действий.

На особом контроле организации образования находятся дети *из неблагополучных семей*.

Центральное место в классификации проблем детей занимают *педагогически запущенные дети*. У них существуют проблемы сразу по двум или нескольким признакам. Так, ошибки семейного воспитания могут повлечь за собой неуспеваемость, а затем и проблемы со здоровьем. А, например, одаренный ребенок может воспитываться в неблагополучной семье, дополнительно иметь серьезные проблемы со здоровьем. Или не успевающий по ведущим дисциплинам ребенок может быть одаренным в чем-то другом (например, иметь выдающиеся спортивные способности), что требует особого подхода к обучению и воспитанию.

Педагогически запущенными дети становятся вследствие неправильного педагогического воздействия, искаженных форм семейного воспитания, но только в том случае, когда их проблемы не были вовремя замечены взрослыми и не получили адекватного разрешения; которым не была своевременно оказана психолого-педагогическая помощь коррекционного и реабилитационного содержания.

Педагогическая запущенность переходит в проявление асоциальных форм поведения: девиантные и аддиктивные.

*Девиантное поведение* (отклоняющееся) противоречит принятым в обществе правовым и нравственным нормам. Такое поведение транслируют подростки, которые воспитывались в социуме с ослабленным нормативным контролем. Часто девиантное поведение служит средством самоутверждения, формой протеста против кажущейся или действительно существующей несправедливости взрослых.

*Аддиктивное поведение* определяется склонностью, привычкой к порабощению при помощи каких-либо веществ: алкоголя, наркотиков, транквилизаторов, азартных игр и т.п.

Дети, имеющие аддиктивные формы поведения, наиболее тяжело поддаются психолого-педагогическому воздействию. Проведение по отношению к ним коррекционных мер усугубляется необходимостью медицинского лечения, а зачастую и привлечения к воспитательному процессу правовых органов, комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав.

Следующая категория детей – **одаренные дети**. Одаренность можно охарактеризовать тремя взаимосвязанными параметрами: опережающим развитием познавательной сферы, психологическим развитием и физическими данными.

Исходя из этого, выделяют четыре вида **детской одаренности**:

- интеллектуальная, или академическая;
- художественно-эстетическая;
- спортивно-физическая;
- социально-лидерская.

В **«зону риска»** по признаку одаренности попадают дети с нестандартным мышлением, отличающиеся от своих сверстников способами мыслительной деятельности, выдающимися художественными данными и спортивными достижениями, а также те дети, которые проявляют черты лидерского поведения.

В системе образования ПМР к «группе риска» относятся обучающиеся с нарушениями в сфере общения, вредными пристрастиями, асоциальным поведением и правонарушители (*Приказ Министерства просвещения ПМР от 31.02.2003 г. № 01-7/1904 «О направлении методических рекомендаций по осуществлению профилактики правонарушений и социальной дезадаптации несовершеннолетних образовательных учреждений»*).

На основании вышеизложенного в рамках психолого-педагогического сопровождения в организациях образования ПМР под обучающимися/воспитанниками «зоны риска» и «группы риска» мы будем понимать:

Обучающиеся/воспитанники «зоны риска»	Обучающиеся/воспитанники «группы риска»
<b>1. Медицинские показания</b> – дети, имеющие хронические заболевания внутренних органов, часто и длительно болеющие, стоящие на учете у невропатолога, психиатра; перенесшие различные операции, имеющие проблемы с органами слуха, зрения и речи	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– дети-инвалиды;</li> <li>– дети с хроническими заболеваниями;</li> <li>– дети психосоматически ослабленные (часто болеющие);</li> <li>– дети ситуативно (временно) болеющие и получившие травму</li> </ul>	Обучающиеся/воспитанники, у которых присутствует наличие постоянной угрозы для жизни и здоровья

<b>2. Социальные критерии:</b> дети, живущие в асоциальных, малообеспеченных семьях, с пренебрежительным или агрессивным отношением к ним окружающих	
– социально незащищенные дети; – дети из социально неблагополучных семей; – дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей	– социально запущенные дети; – неблагополучная семья, отказавшаяся от исполнения родительского долга
<b>3. Учебно-педагогические критерии:</b> обучающиеся имеют стойкую неуспеваемость, пропускают занятия без уважительной причины	
– слабообучаемые, дети с проблемами в обучении и развитии; – обучающиеся с несформированной мотивацией к учебной деятельности	– педагогически запущенные дети; – обучающиеся хронически неуспевающие по всем или отдельным учебным дисциплинам
<b>4. Поведенческие критерии:</b> дети, имеющие стойкие нарушения поведения, испытывают трудности во взаимоотношениях	
– дети с нейродинамическими нарушениями поведения; – агрессивное поведение; – деструктивное поведение; – конфликтное поведение; – дезадаптивное поведение; – акцентуация характера	– склонность к воровству, склонность к бродяжничеству; – девиантное поведение; – аддиктивное поведение; – деликventное поведение; – асоциальное поведение; – сексуальные девиации; – склонность к суицидальному поведению
<b>5. Дети с психологическими проблемами в обучении и развитии</b>	
– дети с недостаточными способностями к обучению (ЗПР); – дети с высокими способностями к обучению (одаренность); – дети с особенностями развития межполушарной асимметрии (леворукость, амбидекстрия); – дети с отклонениями в эмоциональной сфере (агрессивность, тревожность, демонстративность, замкнутость)	

## **1.2. Психологические особенности обучающихся/воспитанников «зоны и группы риска» на разных возрастных этапах**

Задача организаций образования в сфере предупреждения проблем у детей и подростков заключается в проведении ранней профилактики, так как ни одна другая социальная структура не в состоянии решить данную задачу. Исключе-

ние составляет семья, однако и она сама нередко выступает в качестве объекта профилактической деятельности. Основой ранней профилактики является создание условий, обеспечивающих возможность нормального развития детей, своевременное выявление детей «зоны риска» и «группы риска», возникающих кризисных ситуаций у обучающихся/воспитанников *разного возраста*.

### **Дошкольный возраст**

Дети дошкольного возраста, находящиеся в «зоне риска» отличаются пониженной познавательной активностью, отставанием в развитии речи, задержкой психического развития, отсутствием навыков общения, конфликтами во взаимоотношениях со сверстниками.

Роль полноценной семьи в развитии ребенка, его социализации трудно переоценить.

Недостаток внимания со стороны взрослого в раннем возрасте приводит к недостаткам социального развития: не складывается потребность в общении и установлении контактов со взрослыми и сверстниками, затруднено сотрудничество с ними. Это приводит к отставанию в развитии речи, утрате самостоятельности, нарушениям в личностном развитии.

Наиболее отчетливо проявляются недостатки развития эмоциональной сферы. Дети с трудом различают эмоции взрослого, плохо дифференцируют их, имеют ограниченную способность понимать другого, себя. Они конфликтуют со сверстниками, не могут взаимодействовать с ними, не замечают их бурных эмоциональных реакций. У них тормозится развитие познавательной деятельности, что проявляется в отставании в овладении речью, отсутствии инициативы в познании окружающего мира, амбивалентности отношения к предметам (предметы притягивают их внимание и одновременно вызывают чувство страха из-за неумения действовать с ними).

Типичным недостатком развития в дошкольном возрасте являются нарушения самостоятельности – от ее утраты до полного проявления, когда ребенок распоряжается собой по своему усмотрению.



У этих детей нарушается представление о временных характеристиках становления их личности. Представления о собственной семье у них туманны. Неясность собственного прошлого и причин собственного социального сиротства препятствует становлению самоидентичности. Некоторые дети не могут представить себя маленькими, не знают, чем занимаются маленькие дети, не могут рассказать о том, чем они занимались, когда были маленькими. Они с трудом представляют свое будущее, ориентированы только на ближайшее будущее – поступление в школу, учение. Борьба за новую идентичность при поступлении их в детское учреждение – одна из основных проблем этих детей в период исправления депривации. Выход за рамки настоящего, в котором эти дети проживают, и в прошлое, которое они уже прожили, является главным условием приобретения жизненной уверенности и новой идентичности, условием бегства из порочного круга психической депривации.

Интеллектуальное развитие таких детей характеризуется дисгармоничностью, резко выраженной неравномерностью и несбалансированностью видов мышления. Предметное, наглядно-образное мышление остается главным. Вербальное мышление может при этом достигать возрастных норм, а невербальное мышление значительно отстает, так как оно формируется в игре, неформальном общении и нерегламентированной совместной деятельности со взрослыми и другими детьми.

Необходимым условием формирования мышления в дошкольном возрасте является богатство и разнообразие чувственного опыта ребенка. Можно предположить, что скудость, ограниченность чувственного опыта у детей, воспитывающихся в «особой» семье, отрицательно сказывается на формировании их мышления, восприятия, что проявляется в примитивности изобразительной деятельности, в недоразвитии невербального интеллекта. Любой вид мышления требует для своего развития практики решения задач, проблемных ситуаций и т.д. Эта практика чрезвычайно бедна.

Таким образом, дети дошкольного возраста, растущие без родителей, отличаются от своих сверстников из полноценных семей пониженной познавательной активностью, отставанием в развитии речи, задержкой психического развития, отсутствием навыков общения и конфликтами во взаимоотношениях со сверстниками.

Неудовлетворение потребности в общении со взрослыми и сверстниками приводит к нарушениям в овладении игровой деятельностью. Дети, которые растут в семьях «группы риска» зачастую не имеют дома игрушек, книг, не знают никаких игр и поэтому, попадая в дошкольные учреждения, не знают, как играть с игрушками, как играть в игры. Они быстро ломают, портят и теряют игрушки, примитивно используют их в игре. Основными видами деятельности на улице у них являются беготня, догонялки и дразнилки или уход от всех, одиночество, ничегонеделание.

Пробелы в развитии игровой деятельности, как и в общем психическом развитии детей, с раннего возраста воспитывающихся в такой семье, часто бывают столь значительны, что обычные воспитательные воздействия и занятия оказываются малоэффективными. К работе с этими детьми необходимо подключать педагога-психолога, который пользуется системой развивающих и психокоррекционных игр применительно к разным возрастам, использует разные виды игр: дидактические, ролевые, сюжетно-ролевые, игры с правилами, подвижные игры, игры-драматизации. Помимо этого педагог-психолог должен использовать в работе игры, направленные на развитие мышления, воображения, памяти, внимания и т.д.

### **Младший школьный возраст**

В младшем школьном возрасте к «зоне риска» можно отнести следующих детей:

гиперактивные дети с синдромом дефицита внимания. Эти дети выделяются на фоне сверстников своим поведением, чрезмерной активностью, излишней подвижностью, суетливостью, невозможностью длительного сосредоточения внимания на чем-либо, что связано с недостаточностью механизмов внимания и тормозящего контроля. Как следствие – у этих детей низкая успеваемость, трудности в выполнении учебных заданий, организации и завершении работы. Гиперактивность влияет не только на успеваемость, но и на взаимоотношения с окружающими. Эти дети не могут долго играть со сверстниками, они часто являются источником конфликтов и быстро становятся отверженными. Большинству таких детей свойственна низкая самооценка. У них нередко отмечается агрессивность, упрямство и другие формы проблемного поведения.

К данной категории можно отнести и леворуких детей. Левшами являются около 10 % людей, причем доля леворуких имеет тенденцию к увеличению. Леворукость – очень важная индивидуальная особенность ребенка, которая учитывается в процессе обучения и воспитания. Одной из наиболее важных особенностей таких детей является их эмоциональная чувствительность, повышенная ранимость, тревожность, сниженная работоспособность и повышенная утомляемость.

Дети с эмоциональными нарушениями. Это агрессивные дети, эмоционально расторможенные, застенчивые, тревожные, ранимые. Условно можно выделить три наиболее выраженные группы так называемых «трудных» детей, имеющих проблемы в эмоциональной сфере. Среди них особое место занимают агрессивные дети. Безусловно, в жизни каждого ребенка бывали случаи, когда он проявлял агрессию, но, выделяя данную группу, обращаем внимание на степень проявления агрессивной реакции, длительность действия и характер возможных причин, порой неявных, вызвавших аффективное поведение. В поле зрения учителя должны быть и эмоционально расторможенные дети, реагирующие на все слишком бурно: если они выражают восторг, то в результате своего экспрессивного поведения «заводят» весь класс.

Нельзя оставить без пристального внимания и слишком застенчивых, тревожных детей. Они стесняются громко и явно выражать свои эмоции, тихо переживают свои проблемы, боясь обратить на себя внимание.

Социализация детей «зоны риска» не складывается из-за недостатка внимания в младшем возрасте, поэтому им тяжело в общении и установлении контактов, что приводит к отставанию в речи, личностном развитии, самостоятельности и возможному переходу в «группу риска».

### **Дети подросткового возраста**

Подростки «группы риска» характеризуются трудностями во взаимоотношениях с окружающими людьми, нарушениями в сфере самосознания (от переживания вседозволенности до ущербности), усугублением трудностей в овладении учебным материалом, проявлениями грубого нарушения дисциплины (бродяжничеством, воровством, различными формами делинквентного поведения).

По данным психологических и социологических исследований, подростки «группы риска» имеют следующие особенности:

– отсутствие ценностей, принятых в обществе. Они убеждены в своей ненужности, невозможности добиться в жизни чего-то своими силами, своим умом и талантом, занять достойное положение среди сверстников, добиться материального благополучия;

– проекция на себя неудачной жизни собственных родителей;

– эмоциональное отвержение подростков со стороны родителей;

– повышенный уровень тревожности и агрессивности;

– стремление к «красивой», легкой жизни, удовольствиям;

– искажение направленности интересов – свободное времяпрепровождение в подъезде, на улице – только подальше от дома, ощущение полной независимости (уходы из дома, побеги, ситуации переживания риска и т.д.).

Л.С. Выготский выделил основные группы интересов подростков:

– эгоцентрическая доминанта – интерес к собственной личности;

– доминанта усилия – тяга подростков к сопротивлению, преодолению, к волевым напряжениям, что может проявляться в упрямстве, хулиганстве, борьбе против авторитетов, протесте и т.д.;

– доминанта романтики – стремление к неизвестному, рискованному, к приключениям, к героизму.

Продолжение этих изменений в подростковом возрасте мы находим в трудах Д.Б. Эльконина, который выделил симптомы развития. К ним относятся возникновение трудностей в отношениях со взрослыми (негативизм, упрямство, безразличие к оценке их успехов, уход из школы, уверенность в том, что все самое интересное происходит вне школы и т.д.). Подростки начинают вести дневники, тайные тетради, в которых они свободно, независимо, самостоятельно выражают свои мысли и чувства. Появляются особые детские компании (поиски друга, кто может понять), что приводит к возникновению неформальных подростковых сообществ.

По данным А.Л. Лихтарникова, у подростков, лишенных родительского попечения, представления о счастливом человеке и о счастье значительно

отличаются от представлений детей из нормальных семей. Наиболее распространенными ответами подростков «группы риска» об основных показателях счастья являются: еда, сладости (много торта), игрушки, подарки, одежда.

Процесс социализации у подростков «группы риска» протекает характерным образом, так как большую часть жизни, как правило, они проживают в неблагополучных семьях или находятся в сомнительных компаниях.

### **Старшеклассники**

Для большинства старшеклассников, входящих в «группу риска», характерны следующие особенности:

- неумение общаться с людьми вне учреждения, трудности установления контактов со взрослыми и сверстниками, отчужденность и недоверие к людям, отстраненность от них;

- нарушения в развитии чувств, не позволяющие понимать других, принимать их, опора только на свои желания и чувства;

- низкий уровень социального интеллекта, что мешает понимать общественные нормы, правила, необходимость соответствовать им;

- слаборазвитое чувство ответственности за свои поступки, безразличие к судьбе тех, кто связан с ними своей жизнью, чувство ревности к ним;

- потребительская психология в отношении к близким, государству, обществу;

- неуверенность в себе, низкая самооценка, отсутствие постоянных друзей и поддержки с их стороны;

- несформированность волевой сферы, отсутствие целеустремленности, направленной на будущую жизнь; чаще всего целеустремленность проявляется лишь в достижении ближайших целей: получить желаемое, привлекательное;

- несформированность жизненных планов, жизненных ценностей, потребность в удовлетворении только самых насущных потребностей (еда, одежда, жилище, развлечения);

- низкая социальная активность, желание быть незаметным, не привлекать к себе внимания;

– склонность к аддиктивному (саморазрушающему) поведению – злоупотребление одним или несколькими психоактивными веществами, обычно без признаков зависимости (курение, употребление алкоголя, легких наркотиков, токсичных и лекарственных веществ и т.д.); это может служить своеобразной регрессивной формой психологической защиты.

Подростки старшего школьного возраста стоят на пороге самостоятельной жизни, к которой они не считают себя готовыми. С одной стороны, они хотят жить самостоятельно, отдельно, быть независимыми ни от кого, с другой – боятся этой самостоятельности, так как понимают, что без поддержки родителей, родственников им не выжить, а на нее они рассчитывать не могут. Эта двойственность чувств и желаний приводит к неудовлетворенности своей жизнью и собой.

**Исходя из всего вышесказанного, можно выделить самые яркие психологические особенности обучающихся «группы риска»:**

1. Конфликтные, проблемные взаимоотношения с родителями, педагогами и другими взрослыми.
2. Конфликтные, проблемные взаимоотношения с друзьями, одноклассниками и другими сверстниками (грубость и озлобленность).
3. Искаженное и негативное восприятие себя, окружающих людей и их взаимоотношений.
4. Трудности самопонимания.
5. Неадекватная самооценка.
6. Внутреннее («психологическое») одиночество, непонимание другими.
7. Легкомыслие, распушенность, беспринципность.
8. Отсутствие позитивных жизненных стремлений, целей, интересов.
9. Асоциальные ценностные ориентации, антиобщественная направленность поведения (вплоть до воровства, хулиганства, преступления).
10. Обида на судьбу, конкретных людей за собственные трудности.
11. Стремление избежать давления, правил, норм, требований.
12. Поиск комфортного существования, эмоционального благополучия.
13. Неорганизованность, склонность к безделью.

14. Зависимость от наркотиков и ПАВ.
15. Трудности в обучении; ненависть к школе и особое сопротивление педагогическим воздействиям.
16. Агрессивность, обидчивость, расторможенность.
17. Отсутствие чувства безопасности (снижен инстинкт самосохранения).
18. Испытание себя и других.
19. Чувство вины, стыда за неблагополучных родителей (низкий материальный достаток, безработица и т.д.), отсутствие уважения к родителям.
20. У старшеклассников «группы риска» проявляется неготовность к самостоятельной жизни и осмыслению будущей профессии.

### **1.3. Причины попадания обучающихся/воспитанников в «зону риска» и «группу риска»**

Ребенок находится под влиянием окружающей среды все время своего существования. Причем эта среда носит не столько природный, биологический характер, сколько социальный, и от этих социальных параметров, в том числе и воспитательных, складывается его успешность либо неуспешность в современном становлении его, как личности.

Дети приобретают «неприглядный» социальный облик не потому, что они такими рождаются, а под воздействием различных, главным образом, не зависящих от них факторов риска.

**Факторы риска** – это те биологические, социальные, семейные, индивидуальные психические и соматические предпосылки, которые повышают вероятность формирования зависимости у данного человека.

Анализ условий жизни таких детей и подростков показывает, что невозможно выделить одну главную причину, послужившую фактором риска. Специалисты чаще всего фиксируют сочетание многих неблагоприятных условий, которые делают невозможным дальнейшее проживание детей в семьях, где создается прямая угроза здоровью ребенка и его жизни.

В «группу риска» входят обучающиеся/воспитанники, находящиеся в особо трудных жизненных обстоятельствах.

**Трудная жизненная ситуация** – ситуация, которая объективно нарушает жизнедеятельность человека и которую он не может преодолеть самостоятельно (инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и т.п.).

**К факторам риска также относят:**

– медико-биологические – тяжелые врожденные и хронические заболевания, патологии физического и психического развития, серьезные травмы, психические расстройства, отягощенная наследственность;

– социально-экономические – включают в себя детей-сирот, детей из неполных семей, из асоциальных семей, а также тех, кто в силу жизненных обстоятельств подвергаются негативным социальным воздействиям – дети из семей алкоголиков, наркоманов, криминальных элементов;

– психологические – неврозы, отчужденность, сложности в общении с ровесниками и взрослыми;

– педагогические – несоответствие учебного заведения и программы обучения интересам и особенностям ребенка, отсутствие мотивации к учению, педагогическая запущенность.

Привычным становится отклоняющееся поведение, которое делится на две категории:

- 1) поведение, несоответствующее нормам психического здоровья (то есть патологическое);
- 2) антисоциальное поведение (нарушающее социальные, культурные, правовые нормы).

Воздействие неблагоприятных, а часто нечеловеческих условий жизни детей в проблемных семьях достаточно длительное время вызывает негативные психические, физические и другие изменения в организме ребенка, приводящие к тяжелейшим последствиям.

У детей возникают значительные отклонения как в поведении, так и в личностном развитии. Им присуща одна характерная черта – нарушение социализации.



зации в широком смысле слова: отсутствие навыков гигиены, неумение вести себя за столом, неспособность адаптироваться к незнакомой среде, к новым обстоятельствам, гиперсексуальность, нарушения половой ориентации, воровство, лживость, потеря ценности человеческой жизни, жестокость, агрессивность, утрата интереса к труду, лень, отсутствие ценностных ориентаций, отсутствие норм морали и нравственности, принятых в обществе, бездуховность, утрата интереса к знаниям, дурные привычки (употребление алкоголя, наркотиков, курение, токсикомания, нецензурная брань и т.д.).

Таким образом, психологическое неблагополучие детей в условиях социальной нестабильности, отсутствие сформированных представлений об основах и способах человеческого поведения в обществе, наличие симптоматики и индивидуальных психологических особенностей, затрудняющих социальную адаптацию и есть те основные факторы, которые влияют на воспитание и изменяют траекторию развития ребенка. Однако стоит отметить, что далеко не все дети, находящиеся в «зоне риска» и имеющие подобные проблемы, переходят в «группу риска». Предотвратить переход детей из «зоны риска» в «группу риска» можно при наличии специально созданных условий. Семьи со сниженным родительским и воспитательным потенциалом, которые не придают большого значения межличностному общению, способствуют их попаданию в «зону риска», наносят, на первый взгляд, незаметный вред нормальному развитию ребенка. Также большое значение играет взаимодействие между педагогами и родителями, выработка единых подходов в сопровождении детей. А равнодушное отношение к детским проблемам, педагогическая невнимательность или незнание методов и технологий индивидуальной работы с детьми обрекают их на последовательный переход из «зоны риска» в «группу риска».

## **ГЛАВА 2. Особенности работы с обучающимися/воспитанниками «группы риска»**

### **2.1. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся/воспитанников «группы риска»**

**Психолого-педагогическое сопровождение** – это целостная, системно организованная деятельность, в процессе которой создаются социально-психологические и педагогические условия для успешного обучения и развития каждого обучающегося/воспитанника.

В процессе психолого-педагогического сопровождения обучающихся используются различные средства и методы, целью которых является выявление обучающихся «группы риска» и дальнейшее их сопровождение [*Нестеренко И.С. Проблема организации психолого-педагогического сопровождения детей и подростков группы риска // Вестник университета (государственный университет управления). 2012. № 16. – С.239–244*].

Рассматривая цель психолого-педагогического сопровождения обучающихся «группы риска», нами выделено мнение И.Н. Назарова, который наиболее содержательно определил цель указанного вида работ с обучающимися. Так, по мнению автора, цель обозначенного вида сопровождения – создать и обеспечить педагогические и социально-психологические условия, направленные на успешное функционирование и развитие обучающихся в образовательном учреждении и в социальной среде [*Назаров И.Н. Психолого-педагогическое сопровождение педагогически запущенных учащихся, детей и подростков группы риска // Вестник Северо-Кавказского гуманитарного института. 2015. № 4(16). – С.215–221*].

Необходимо отметить, что психолого-педагогическое сопровождение обучающихся «группы риска» подразумевает систему работы с данной категорией обучающихся и включает всех субъектов образовательного процесса: обучающихся, педагога-психолога, социального педагога, педагогический коллектив в целом, родителей.

Необходимо не только **выявить** обучающихся «группы риска», **определить причины** отклоняющегося поведения, но и **устранить причины** отклонений в поведении, что подразумевает:

- изменение характера личных отношений обучающихся со сверстниками и взрослыми;
- вовлечение «трудных» обучающихся в различные виды положительной деятельности;
- изменение условий семейного воспитания.

И только комплексный подход к решению данной задачи и взаимодействие всех специалистов организации образования позволит эффективно ее реализовать.

**Индикаторы неблагополучия обучающегося выявляются в следующих сферах жизнедеятельности:**

- учебная деятельность (обучающиеся со стойкой неуспеваемостью);
- проблемы во взаимоотношениях со сверстниками;
- взаимоотношения с взрослыми (педагогами, родителями и другими);
- проведение свободного времени;
- отношение к труду и профессиональная ориентация;
- поведение и поступки (нарушение поведения, пропуски занятий, правонарушения и преступления обучающихся, состоящих на учете в ИДН, КЗПН);
- психические состояния и свойства личности (склонность к суицидальному риску, состояния ПТС – посттравматический синдром).

**Психолого-педагогическая составляющая в системе сопровождения обучающихся «группы риска» включает решение следующих задач:**

- определение сферы жизнедеятельности, в которой у обучающегося есть проблемы (личностная, эмоционально-волевая, интеллектуальная, межличностные, взаимоотношения в семье, организации образования);
- определение причин неблагополучия обучающегося;
- подбор адекватных методов психодиагностики и проведение исследования обучающихся с дальнейшим анализом полученных результатов;
- индивидуальное и групповое (в зависимости от возникшей проблемы) консультирование обучающихся, педагогов, родителей по вопросам развития

личности и возникающих трудностей, с целью определения точек взаимодействия и построения образовательного и воспитательного процессов с этими обучающимися;

– проведение мероприятий по выявленным проблемам: тренинговые занятия (личностного развития, поведения, саморегуляции), беседы, ролевые игры, тематические занятия, диспуты, видеокейсы и т.д.

Исходя из цели и задач психолого-педагогического сопровождения обучающихся «группы риска», можно выделить следующие направления деятельности педагога-психолога:

1. Психолого-педагогическая диагностика.
2. Психолого-педагогическая профилактика.
3. Коррекционно-развивающая работа.
4. Консультирование, оказание психологической помощи и поддержки.

### **Этапы психолого-педагогической работы**

<b>№ п/п</b>	<b>Название этапа</b>	<b>Основное содержание работы</b>
I	Установление психологического контакта с обучающимися	Установление контактного взаимодействия с обучающимися «группы риска»
II	Психолого-педагогическая диагностика	Определение типа дезадаптации обучающегося; выявление причин негативного поведения; выявление отношения обучающегося к себе, своему поведению, окружению; выявление условий обучения (положение в коллективе, взаимодействие с педагогами); проведение обследования с учетом локуса запросов педагогов, индивидуальных особенностей обучающегося; выявление особенностей семейного воспитания; составление психологической характеристики с указанием возможных направлений коррекции, рекомендаций педагогам и родителям
III	Составление программы действий по оказанию психологической помощи и поддержки	Разработка индивидуальной программы работы с обучающимся, которая включает в себя психолого-педагогическую профилактику, коррекционно-развивающую и консультативную работу
IV	Определение эффективности проделанной работы	Оценка эффективности и анализ проведенной работы (методы психолого-педагогической диагностики)

### 2.1.1. Установление психологического контакта с обучающимися «группы риска»

На данном этапе снимается смысловой и эмоциональный барьер между обучающимися и педагогом-психологом. В процессе беседы с обучающимся педагог-психолог сначала задает ситуативные по содержанию вопросы, предполагающие ответ «да». Это снижает порог сопротивления. Затем можно поговорить об интересах, увлечениях, при этом подчеркнуть индивидуальность, оригинальность личности обучающегося, и только потом можно обсудить проблему и предложить выработать общий план действий по изменению ситуации (прил. 9).

Обучающиеся «группы риска», как правило, оказываются трудными в общении. Чтобы установить с ними контакт для любой последующей работы, педагогу-психологу требуется приложить довольно много усилий, которые могут оказаться бесплодными. Для установления контакта можно использовать методику контактного взаимодействия, предложенную Л.Б. Филоновой.

*Контактное взаимодействие – это такая модель поведения инициатора контакта, вызывающая и усиливающая у другого человека потребность в контакте, продолжении общения, потребность в высказываниях и сообщениях.*

Филонова Л.Б. понимает контакт как доверительные отношения, положительно переживаемое психическое состояние как инструмент исследования и изучения и коррекции.

В таблице приведены методы контактного взаимодействия, которые можно использовать в работе с обучающимися «группы риска».

Стадия взаимодействия	Содержание и характер контакта	Основная тактика	Результат
1. Расположение к общению	Использование общепринятых норм и фраз. Содержательное и доброжелательное обращение. Ровное отношение, отсутствие эмоциональных реакций. Непринужденная беседа на отвлеченные темы. Отсутствие советов, уверений, навязчивости	Одобрение, согласие, безусловное принятие	Принятие согласия

2. Поиск общего интереса	Поиск нейтрального интереса. Интерес к интересам подростка. Переход с нейтрального на личностно значимый интерес. Подчеркивание уникальности личности. От общих суждений о людях к конкретному человеку. От его ценностей к состояниям и качествам	Заинтересованность, подчеркивание уникальности личности	Положительный эмоциональный фон, согласие
3. Выяснение предполагаемых положительных качеств	Рассказы о положительных качествах, поиск оригинального. Демонстрация отношения к этим качествам. Отношение к отрицательным качествам других. Поиск отрицательных качеств у себя	Принятие того, что принимает партнер, авансирование доверием	Создание ситуации безопасности, безусловное принятие личности
4. Выяснение предполагаемых опасных качеств	Уточнение границ и пределов личности. Выяснение качеств, мешающих общению. Представление, прогнозирование ситуаций общения. Сомнения, выяснение неясностей. Высказывания о собственных негативных качествах	Принятие позитивного без осуждения, сомнения, возражения	Ситуация доверия, открытости
5. Адаптивное поведение партнеров	Подчеркивание положительных и учет негативных качеств. Советы по качествам. Подчеркивание динамики представлений о человеке. Подчеркивание индивидуальности и ее учет в общении. Обсуждение того, что будет представлять трудности. Желание приспособливаться к особенностям другого	Открытые высказывания; стимулирование диалога, советы	Определение объекта и предмета изменения и преобразования
6. Установление оптимальных отношений	Общие планы действий. Совместная разработка программы. Нормативы общения, взаимодействия. Распределение ролей. Составление планов по самоизменению	Общие намерения	Согласие на выполнение принятого плана

## 2.1.2. Психолого-педагогическая диагностика

### обучающихся «группы риска»

Ранняя диагностика обучающихся «группы риска» является одним из этапов успешно проведенной профилактической и коррекционно-развивающей работы. Актуальной остается проблема эффективной диагностики, направленной на решение, а не на констатацию наличия социально-эмоциональных проблем. Диагностика проблемы обучающегося осуществляется как самостоятельный этап работы или в процессе индивидуального консультирования. Информация о проблеме поступает от классного руководителя, педагогов, родителей, других представителей ближайшего окружения ребенка/подростка (прил. 10–14).

Важным условием эффективной работы по выявлению обучающихся «группы риска» является своевременное обращение классного руководителя, педагогов к социальному педагогу, педагогу-психологу в случае:

- наличия у обучающегося серьезных поведенческих проблем (отказ от соблюдения установленных норм и правил, агрессивное поведение и т.д.);
- появления у обучающихся проявлений депрессивного состояния (замкнутость, «уход в себя», эмоциональные всплески и др.);
- пропуска обучающимися уроков и учебных дней без уважительных причин;
- употребления или предполагаемого употребления ими спиртных напитков и других наркотических веществ;
- кризисной ситуации в семье;
- резкого ухудшения состояния здоровья;
- в других случаях, когда ухудшение социальных условий представляет угрозу эмоциональному благополучию обучающегося.

Педагогу-психологу очень важно понимать, что возможности диагностических методик ограничены и весьма затруднительно получить на основании результатов диагностики исчерпывающую картину. Поэтому при наличии перед педагогом-психологом такой задачи, как выявление обучающихся «группы риска» и их проблем, помимо диагностики, необходимо опираться на экспертные оценки педагогов и результаты наблюдений.

Таким образом, в своей работе с обучающимися «группы риска» на этапе психолого-педагогической диагностики педагог-психолог может использовать следующие психодиагностические методы:

- наблюдение;
- беседа с обучающимся, родителями и педагогами;
- интервьюирование;
- анкетирование, тестирование.

**Примерный перечень психодиагностического инструментария,  
применяемого в работе с обучающимися «группы риска»**

№ п/п	Название методики	Возраст	Источник
1	Проективный тест «Рисунок семьи»	3–11	Кинетический рисунок семьи: введение и понимание детей через кинетический рисунок / пер. с англ. – М.: Смысл, 2000
2	Тест на определение уровня тревожности ребенка (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)	4–7	Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: учеб. пособие. – М.: Владос, 1999
3	Диагностика самооценки психических состояний Г. Айзенка	16–18	Райгородский Д.Я. (ред.-сост.). Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учеб. пособие. – Самара: ИД «Бахрах–М», 2001. – С.141–145
4	Методика диагностики типов акцентуации характера К. Леонгард – Г. Шмишек	16–18	Райгородский Д.Я. (ред.-сост.). Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учеб. пособие. – Самара: ИД «Бахрах–М», 2001. – С.274–280
5	Методика первичной диагностики и выявления детей «группы риска» М.И. Рожков, М.А. Ковальчук	13–16	Федосенко Е.В. Психологическое сопровождение подростков: система работы, диагностика, тренинги. Монография. – СПб.: Речь, 2008
6	Тест СДП (склонность к девиантному поведению) Э.В. Леус, А.Г. Соловьев	16–18	Леус Э.В., САФУ им. М.В. Ломоносова; Соловьев А.Г. Диагностика девиантного поведения несовершеннолетних // Вестник ЧГПУ 9. 2012. – С.268–277
7	Опросник суицидального риска А.Г. Шмелев модификация Т.Н. Разуваева	14–18	Разуваева Т.Н. (сост.). Диагностика личности. – Шадринск, 1993



8	Определение склонности к отклоняющему поведению А.Н. Орел	16–18	Клейберг Ю.А. Социальная психология девиантного поведения: учеб. пособие для вузов. – М., 2004. – С.141–154
9	Выявление суицидального риска у детей (Кучер А.А., Костюкевич В.П.)	11–13 14–16 17–18	Настольная книга практического психолога в образовании: учеб. пособие. – М.: Владос, 1996
10	Методика на выявление «Буллинг-структуры» Е.Г. Норкиной	13–16	Норкина Е.Г. Методика на выявление «Буллинг-структуры» // Таврический научный обозреватель. 2016. № 3(8). – С.170–174
11	Анкета по выявлению трудновоспитуемых в классе Половникова И.А.	14–16	<a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> > psikhologiya > library > 2015/09/16
12	Карта психологической характеристики личностного развития подростка	13–15	Психология девиантного поведения: учеб. пособие для вузов. – М.: ТЦ «Сфера», при участии «Юрайт-М», 2001. – С.138–144
13	Методика диагностики развития личности школьника	13–15	О профилактике злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними и молодежью / под науч. ред. Л.М. Шипицыной, Л.С. Шпилени. – М.–СПб.: Вариант, 2003. – С.369–380
14	Методика изучения личности дезадаптированного подростка и его ближайшего окружения	13–16	Психология девиантного поведения: учеб. пособие для вузов. – М.: ТЦ «Сфера», при участии «Юрайт-М», 2001. – С.125–129
15	Факторы риска приобщения к ПАВ и защитные факторы	14–18	Руководство по профилактике злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними и молодежью / под науч. ред. Л.М. Шипицыной, Л.С. Шпилени. – М.–СПб.: Вариант, 2003. – С.127–128

Требования к психодиагностическому инструментарию и сбору информации об обучающихся «группы риска» представлены в прил. 1.

Психодиагностический инструментарий по исследованию психических состояний и свойств личности, мотивационно-ценностной сферы, межличностных отношений обучающихся/воспитанников представлен в открытом реестре психодиагностических методик, утвержденном приказом Министерства просвещения ПМР от 28.10.2021 г. № 913. Размещен данный документ на сайте Министерства просвещения ПМР в разделе «Система образования».

### **2.1.3. Составление программы действий по оказанию психологической помощи и поддержки обучающихся «группы риска»**

#### **Психолого-педагогическая профилактика и коррекционно-развивающая деятельность**

Профилактика – это совокупность государственных, общественных, социально-медицинских и организационно-воспитательных мероприятий, направленных на предупреждение, устранение и нейтрализацию основных причин и условий, вызывающих различного рода социальные отклонения в поведении обучающихся.

Профилактическая работа с обучающимися «группы риска» должна быть комплексной, дифференцированной и поэтапной, а главное, носить систематический характер. При этом необходимо учитывать социальное окружение обучающегося (родители в первую очередь).

Профилактическая работа подразумевает под собой своевременно предпринятые действия и направлена:

- на предотвращение возможного физического, психологического давления на обучающегося;
- на содействие в достижении поставленных целей и раскрытие внутреннего потенциала обучающегося.

*Выделяют первичную, вторичную и третичную профилактику:*

1. Первичная профилактика (предупреждение) – считается наиболее эффективной, работа направлена на ликвидацию неблагоприятных факторов или на повышение устойчивости личности к этим факторам.

2. Вторичная профилактика – комплекс мер психолого-педагогических, социальных, медицинских, направленных на работу с несовершеннолетними: определение факторов риска, направление на коррекционно-развивающую работу, совместно с узкими специалистами и родителями.

3. Третичная профилактика – в нее входит комплекс мер социально-психологического и юридического характера.

Модели профилактики, которыми пользуются в организациях образования:

1. Образовательная модель – направлена обеспечить детей и подростков информацией о последствиях деструктивного выбора.

2. Психосоциальная модель – основана на необходимости развития определенных психологических навыков, направленных на развитие личности, сохранение психического здоровья обучающихся, физического и социального благополучия.

Обучающийся «группы риска» требует пристального внимания и изучения его индивидуальных особенностей, а также разработки программ коррекционного развития. Требуется целенаправленная коррекционная работа с детьми и подростками «группы риска», что предполагает развитие рефлексии, то есть самопознание внутренних психических актов и состояний и формирование устойчивой положительной самооценки.

Основная задача коррекционно-развивающей работы заключается в том, чтобы не заставлять, не давить, не ломать обучающегося/воспитанника, а помочь стать самим собой, принять и полюбить себя и направить на саморазвитие личности обучающегося, помочь осознать свою индивидуальность, повысить представление о собственной значимости, формировать мотивацию самовоспитания и саморазвития.

Выделяют две формы проведения коррекционно-развивающих занятий – индивидуальную и групповую. Выбор формы работы зависит от возраста, особенностей психического и физического развития обучающихся, а также выраженности аффективных проблем. Возможно сочетание форм коррекционной помощи, переход от индивидуальной к групповой работе в зависимости от динамики актуального состояния обучающегося. При выборе формы работы следует учитывать следующие рекомендации:

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

2. Групповая работа не проводится с обучающимися, находящимися в актуальном стрессовом состоянии, – депрессия, посттравматический стресс, фрустрация, эмоциональный шок. В этих случаях сначала проводится курс индивидуальной работы, а затем принимается решение о переходе к работе в группе в зависимости от содержания и характера трудностей развития, динамики состояния ребенка/подростка.

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

В ходе групповых коррекционно-развивающих и тренинговых занятий создаются условия, способствующие успешной социально-психологической адаптации обучающихся «группы риска». У них формируются навыки конструктивной коммуникации и саморегуляции, происходит освоение конструктивных способов выхода из трудных, стрессовых ситуаций и развитие позитивного самоотношения. В предлагаемых играх и упражнениях отрабатываются конструктивные способы реагирования в ситуациях межличностного взаимодействия, в том числе конфликтных, формируются навыки самоанализа и рефлексии.

После выбора форм работы разрабатываются индивидуальные или групповые коррекционно-развивающиеся программы.

Задачами коррекционно-развивающих программ являются:

1. Помощь обучающимся лучше узнать себя, свои сильные стороны, развить чувство собственного достоинства, преодолеть неуверенность, страх. Наиболее успешно и полно реализовать себя в поведении и деятельности, утвердить свои права и собственную ценность.

2. Межличностное и эмоциональное объединение группы, снятие напряжения в межличностном общении, умение взаимодействовать, навыки коммуникативного взаимодействия, самоопределение и самоанализ личности обучающегося.

3. Активизация процесса самопознания, повышение собственной значимости, ценности. Формирование мотивации самовоспитания и саморазвития.

4. Повышение самопонимания в целях укрепления самооценки и актуализации личностных ресурсов.

Также реализация программ коррекционно-развивающих занятий может быть направлена на решение следующих задач: развитие рефлексии, самопознание внутренних психических актов и состояний, формирование устойчивой положительной самооценки, развитие личности обучающегося, оказание психологической помощи и поддержки, развитие общеучебных умений и навыков успешного освоения образовательной программы; повышение учебной мотивации; формирование социальной компетентности, навыков общения, эффективного поведения в конфликтных ситуациях; формирование основ здорового образа жизни; развитие стремления к самопознанию обучающихся в различных социальных ситуациях, определению своей позиции и способа адекватного поведения в них; профилактика употребления психоактивных веществ.

Методы, применяемые педагогом-психологом при оказании психологической помощи обучающимся «группы риска», представлены в прил. 2.

## **2.2. Особенности консультирования обучающихся/воспитанников «группы риска»**

Психологическое консультирование является видом психологической помощи людям, имеющим трудности в повседневной жизни, в деятельности и общении. В зависимости от психологического направления цель консультирования варьируется. Так, консультирование может поставить перед собой задачу корректировки поведения человека или может быть ориентировано на осмысление целей и намерений личности, отношения к жизни. При этом важно понимать особенности консультирования обучающихся «группы риска», которые (особенности) отличаются следующими факторами:

1. Обучающиеся, как правило, не обращаются за помощью самостоятельно. По поводу их проблем обращаются к консультанту их родители, лица их заменяющие, педагоги, то есть взрослые.

2. Результат необходимо получить за небольшой промежуток времени, так как одна психологическая проблема приводит к возникновению новых, существенно влияющих на общее психическое развитие обучающегося.

3. Педагог-психолог не может возложить на обучающегося ответственность за решение выявленных у него проблем.

Учитывая данные особенности, важно понимать, что обучающийся редко готов сам рассказывать о своих проблемах другому взрослому (педагогу-психологу, педагогу, социальному педагогу), помимо этого он не всегда осознает источник своих трудностей.

Цель психолого-педагогического консультирования обучающихся заключается в том, чтобы помочь им в решении их проблем осознать и изменить малоэффективные модели поведения для того, чтобы принимать важные решения, разрешать возникающие проблемы, достигать поставленные цели, жить в гармонии с собой и окружающим миром.

В данном направлении работы педагогу-психологу необходимо соблюдать **этические аспекты консультаций:**

- не навязывать ярлык – «обучающийся группы риска»;
- лично приглашать обучающихся на консультации;
- конфиденциальность;
- добровольность.

**Психолого-педагогическое консультирование обучающихся «группы риска» имеет свои особенности**

Назначение	Психологическое обеспечение оптимальной адаптации и самореализации за счет актуализации ресурсных возможностей для преодоления возникших затруднений
Предмет	Внутренний психологический мир подростка: самоотношение, эмоционально-волевое регулирование, цели, ценности, ситуация жизнедеятельности и развития и т.д.
Условия использования	Желание консультироваться – получать помощь в решении вопросов/затруднений, обусловленных психологическими причинами. Готовность консультируемого принять ответственность за изменение себя ради изменения своей жизненной ситуации

Характер	Совместная деятельность психолога-консультанта и подростка, направленная на достижение цели, сформулированной в ходе затруднительной для клиента ситуации
Цель	Решение актуальных личностных, жизненных, социальных задач и трудностей подростка за счет преодоления психологических затруднений
Профессиональные (психологические) задачи	Меры/шаги, планируемые для достижения поставленной цели/задачи конкретного консультирования, обуславливаются поставленной целью, индивидуальными особенностями, в том числе уровнем и характером девиации и возможностями подростка
Результат	Изменения/разница во внутреннем психологическом мире, произошедшие в ходе/в результате психологического консультирования, способствующие адаптации и самореализации подростка. Результатом конкретной консультации могут быть повышение информативности, понимание причин затруднений, снятие накопившегося напряжения, выработка нового взгляда на себя и ситуацию, поиск и актуализация собственных ресурсов – сил и средств поведения в сложных ситуациях, повышение/изменение самооценки, самоуважения, освоение новых способов поведения, способов самостоятельного решения сложных жизненных вопросов, разрушение негативных установок и норм поведения, формирование новых целей, ценностей, перспектив

Вместе с тем можно выделить ряд типичных этапов психологического консультирования. Рассматриваемые далее этапы консультирования можно также назвать блоками, так как в конкретной консультационной ситуации последовательность решения консультационных задач может меняться.

Успешное решение задач предыдущего этапа является условием для перехода к следующему этапу. Однако в ряде случаев решение задач последующих этапов требует возвращения к задачам предыдущего этапа. Иногда продвинувшись в исследовании или поиске решений, приходится вернуться к уточнению ролей консультанта и консультируемого или коррекции состояния.

Соблюдение правила субъективности предполагает, что консультируемый активен, осуществляет деятельность по разрешению собственного затруднения с помощью педагога-психолога. На разных этапах консультирования как консультируемым, так и консультантом решаются разные задачи.

**Задачи, решаемые в процессе консультирования  
с обучающимися «группы риска»**

Основные этапы консультирования	Решаемые задачи в ходе этапов консультирования	
	Консультируемый	Консультант
Подготовка	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Фиксация затруднения, попытки решения (самостоятельно или с помощью других).</li> <li>2. Решение обратиться к педагогу-психологу</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Настрой на работу (определение смысловой позиции, создание внутренней идентичности, позитивного настроения, отвлечение от других вопросов)</li> </ol>
Установление контакта	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Возникновение доверия.</li> <li>2. Уяснение возможностей консультанта и характера предстоящей работы</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Достижение согласования позиции.</li> <li>2. Распределение ролей (я... ты... мы...).</li> <li>3. Поддержание доверительного диалога</li> </ol>
Исследование ситуации	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Описание, анализ качественного своеобразия внешних и внутренних факторов затруднительной ситуации, структурирование, обозначение предмета работы, выделение позитивных основ для разрешения возникающих затруднений</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Содействие клиенту в описании и анализе ситуации (стимулирование свободных высказываний, исповеди, ответов на вопросы и др.).</li> <li>2. Профессиональный анализ факторов, обуславливающих возникшее затруднение на основе анализа высказываний, эмоционального тона, общей позиции, невербальных знаков, результатов диагностики.</li> <li>3. Выделение позитивного «плацдарма» – основ для разрешения консультируемым возникшего затруднения</li> </ol>
Постановка	<p>Формулирование желаемого результата (я хочу...), его уточнение и обоснование (я действительно этого хочу, так как...)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Содействие в формулировании желаемого результата через постановку вопросов, исследование возможных последствий.</li> <li>2. Оценка реалистичности, конкретности поставленной цели</li> </ol>
Поиск решений	<p>Выработка (усвоение) новых позиций, отношений, способов, оценки их с точки зрения реалистичности и приемлемости</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Помощь в организации поиска решения.</li> <li>2. Активизация консультируемого, влияние на его позицию</li> </ol>
Подведение итогов	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сравнение полученного результата с планируемым, выявление разницы в разрешении</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выводы о продвижении: выделение того, что удалось достичь консультируемому.</li> </ol>



	<p>возникшего затруднения, планирование дальнейших шагов и действий.</p> <p>2. Позитивное программирование на реализацию намеченных шагов (я верю, что смогу добиться желаемого результата...)</p>	<p>2. Помощь в создании позитивного настроения на реализацию дальнейших шагов.</p> <p>3. Выход из контакта</p>
--	--	--

При оказании психологической помощи обучающимся «группы риска» следует помнить, что одни ситуации решаются быстро, а другие требуют времени и терпения.

Оказывая помощь таким обучающимся в разрешении затруднительного для них вопроса, можно использовать различные способы. Примеры психолого-педагогического взаимодействия представлены в прил. 3. Тактичность, чувствительность, гибкость, изобретательность, умение отказаться от неработающих способов или модифицировать их – это и есть залог успешности воздействия.

### **2.3. Особенности психолого-педагогического сопровождения детей «зоны риска» в организациях дошкольного образования**

Большинству педагогов уже хорошо известно, что девиантные формы поведения детей и подростков берут свое начало в дошкольном возрасте – в период активного процесса становления личности и социализации.

Дошкольное учреждение является вторым по значимости (после семьи) институтом социализации ребенка, следовательно, организуя в детском саду целенаправленную работу по формированию личности ребенка с социально устойчивыми, положительными установками, мы осуществляем раннюю профилактику проявления девиаций в поведении детей на последующих этапах взросления.

Особого внимания в профилактической работе по данному направлению заслуживают дети «зоны риска» – дети с отклоняющимся поведением (импульсивные, агрессивные, демонстративные, застенчивые, обидчивые, пассивные).

И если педагоги не будут замечать и корректировать эти нарушения, если не будут создавать условия для формирования благополучного детского сообщества, то риски возникновения девиаций становятся очень высокими.

«Удобные» для воспитателей: тихие, пассивные, застенчивые дети без коррекционной помощи, вероятнее всего, будут неуспешными при обучении в школе, столкнутся с трудностями в профессиональной и личностной самореализации; возможно ограничение в социальных контактах, вплоть до полной изоляции в пространстве квартиры. Такие дети в будущем – потенциальная группа риска по употреблению психоактивных веществ и алкоголя.

Импульсивность, которую часто «списывают» на детский возраст, также может стать причиной школьной неуспеваемости, частого возникновения конфликтов и правонарушений. Эта взаимосвязь очевидна и доказана. Поэтому выявление детей «зоны риска», коррекционно-развивающая работа с ними, тесное взаимодействие с семьей, преемственность с начальной школой должны быть обязательными направлениями работы любого дошкольного учреждения.

Психолого-педагогическое сопровождение предполагает следующие основные направления деятельности, которые использует педагог-психолог ДОУ в своей работе.

#### *1. Диагностическое направление.*

В данном направлении педагог-психолог ориентируется на углубленное изучение информации об уровне психического развития ребенка, выявление индивидуальных особенностей и проблем участников воспитательно-образовательного процесса. В рамках этого направления педагогом-психологом осуществляется анкетирование родителей с целью определения степени готовности ребенка к поступлению в ДОУ, выявление ранних признаков одаренности, психодиагностика психологической готовности к обучению в школе, оценка развития детей, его динамики, измерение личностных образовательных результатов.

#### *2. Психолого-педагогическая психопрофилактика.*

Данное направление в контексте ГОС ДО выступает, как приоритетное направление деятельности педагога-психолога ДОУ. Психопрофилактика

должна быть направлена, прежде всего, на предотвращение нарушений в развитии и взаимодействии участников воспитательно-образовательного процесса. Эта деятельность осуществляется через консультации воспитателей ДОО, создание в дошкольном учреждении психологических условий, обеспечивающих эмоциональное благополучие каждого ребенка, использование технологий личностно-ориентированного обучения.

*3. Коррекционно-развивающее направление* деятельности педагога-психолога ДОО направлено на создание условий для раскрытия потенциальных возможностей ребенка, коррекцию определенных недостатков в психологическом развитии детей.

*4. Психологическое консультирование и просвещение.*

Данное направление деятельности предусматривает повышение педагогической компетентности педагогов, администрации ДОО, родителей; оптимизацию взаимодействия участников воспитательно-образовательного процесса и оказание им психологической помощи при выстраивании и реализации индивидуальной программы развития и воспитания. Работа со взрослыми строится с использованием приемов семейного консультирования, метода развивающего диалога и представляет собой обучение родителей и педагогов элементам психологической культуры общения с детьми, тем самым происходит опосредованное влияние на процесс развития и социализации детей.

Таким образом, продуктивное психолого-педагогическое сопровождение оказывает квалифицированную коррекционно-развивающую, консультативно-методическую, психодиагностическую помощь детям и их родителям, педагогам по вопросам развития, воспитания, адаптации и обучения.

В условиях современных требований, а также в соответствии с основными принципами работы детского сада, ГОС, закона об образовании ПМР взаимодействие ОДО с семьей воспитанников выходит на первый план. Без тесного сотрудничества с родителями невозможно организовать эффективную работу с ребенком. Одной из сложностей работы с данной группой семей является особенности семейного воспитания и недостаточная компетентность родителей в этом вопросе.

Дошкольные учреждения ориентируются на поиск форм и методов работы, которые позволяют учесть все особенности и способствуют формированию активной родительской позиции, а также укреплению внутрисемейных связей и детско-родительских отношений.

### **Алгоритм взаимодействия специалистов и педагогов**

#### **в рамках организации дошкольного образования с детьми «зоны риска»**

<b>Прием ребенка в детский сад</b>			
<b>Изучение документов. Выявление детей, относящихся к «зоне риска»</b>			
<b>Администрация</b> Заключение договора ОДО с родителями. Знакомство родителей с Уставом и локальными актами ОДО	<b>Медработник</b> Рекомендации родителям, педагогам и специалистам	<b>Педагог-психолог</b> Обследование детей семей «группы риска». Определение детей из семей «группы риска», имеющих проблемы в эмоционально-личностном развитии. Посещение собраний	<b>Воспитатели</b> Беседы, консультации с родителями. Заполнение родителями анкет-знакомств
<b>Обработка и анализ анкетных данных и наблюдения</b>			
<b>Администрация</b> Фиксирование семей «группы риска» и неблагополучных семей в каждой группе ДОУ	<b>Медработник</b> Медицинское сопровождение и рекомендации	<b>Педагог-психолог</b> Разработка программы работы на учебный год с детьми из семьи «группы риска»	<b>Воспитатели</b> Составление социального паспорта групп
<b>Общая встреча с воспитателями, специалистами, администрацией и медицинским работником с целью обсуждения форм работы. Обобщить данные, выработать дальнейшую стратегию в работе с семьями «группы риска»</b>			
<b>Реализация плана работы. Семинары-практикумы для воспитателей и родителей с целью формирования практических навыков, необходимых для работы и общения с детьми разных категорий «зоны риска»</b>			
<b>Администрация</b> Работа с педагогическим коллективом ДОУ	<b>Педагог-психолог</b> Знакомит родителей с представлением о возрастной психологии, о значимости периода дошкольного детства, ранности детской пси-	<b>Воспитатель</b> приглашает родителей на индивидуальные беседы по вопросам воспитания и развития детей, проводит индивидуальные и	<b>Музыкальный руководитель и инструктор по физической культуре</b> занимаются организацией и проведением совместных

	<p>хики, возможных последствиях жестокого и грубого обращения с ребенком, проводит «круглые столы» по вопросам эффективного воспитания. Родителей приглашают на тренинги по коррекции детско-родительских отношений, практикумы по обучению навыкам конструктивного взаимодействия в семье и рефлексивного поведения</p>	<p>групповые консультации по ознакомлению с правовыми документами в области образования и воспитания детей, личностного и психического развития</p>	<p>досугов и праздников, проводят консультации и практикумы для родителей</p>
<p><b>Итоговая диагностика с целью изучения эффективности разработанной программы</b></p>			
<p><b>Администрация</b> Контроль и сопровождение за осуществлением программы</p>	<p><b>Специалисты</b> Динамика показателей</p>	<p><b>Воспитатели</b> Оценка эффективности по работе с семьей</p>	<p><b>Медработник</b> Реализация контроля за состоянием здоровья ребенка в период его нахождения в детском саду</p>

#### **2.4. Психолого-педагогическое сопровождение семьи обучающегося/воспитанника «группы риска»**

Эффективности в работе с обучающимися «группы риска» можно достигнуть только в тесном взаимодействии с семьей ребенка.

*Основные задачи, решаемые педагогом-психологом в ходе сопровождения семьи обучающегося:*

1. Коррекция детско-родительских отношений в семье: диагностика семейного воспитания, консультации по вопросу перестройки семейных отношений, стиля воспитания.

2. Психологическое просвещение, повышение психолого-педагогической культуры родителей, обучение созданию условий для оптимального развития ребенка.

3. Разработка совместных мер профилактики работы с обучающимся, основанных на сотрудничестве и взаимодействии.

4. Индивидуальные беседы, помощь родителям в воспитании и преодолении отрицательных качеств ребенка.

5. Психологическая поддержка и помощь в решении семейных конфликтов с ребенком.

### **Основные формы работы с родителями**

Практическая работа педагога-психолога с родителями реализуется через групповые, индивидуальные и наглядно-информационные формы взаимодействия.

**I. Групповые формы** работы с родителями подразумевают работу со всем или большим составом родителей группы/класса. Это совместные мероприятия педагога-психолога, педагогов и родителей.

*1. Тематические родительские собрания, родительские собрания, включающие выступление педагога-психолога*

На первых встречах с родителями проводятся анкетирования/опросы родителей, сбор информации о семье, о запросах, интересах, потребностях в психолого-педагогической информации.

Группа родителей, с которой взаимодействует педагог-психолог, связана между собой только формально и может сильно различаться по возрасту, социальному статусу и прочим характеристикам. Важно сочетать формы работы, направленные на сплочение группы родителей, поиск точек соприкосновения и выработку некой общей позиции, с методами, помогающими родителям выражать их собственную точку зрения.

Педагог-психолог на собрании руководствуется рядом принципов: принципы безопасности, учета реальной ситуации, нейтральной позиции, сотрудничества и распределения ответственности.

### *Рекомендации по проведению родительских собраний:*

1. Родительское собрание должно просвещать родителей, а не констатировать ошибки и неудачи детей.

2. Тема собрания должна учитывать возрастные особенности детей.

3. Собрание должно носить как теоретический, так и практический характер: анализ ситуаций, тренинги, дискуссии и т.д.

4. Собрание не должно заниматься обсуждением и осуждением личностей учащихся. Приемы активизации творческого потенциала родителей.

**1. «Реверсированная мозговая атака», или «разнос»,** отличается тем, что вместо отсрочки оценочных действий предлагается проявлять максимальную критичность, придирчиво указывая на все недочеты и узкие места процесса, системы, решения, идей. Этим обеспечивается подготовка к выдвижению идей, направленных на преодоление недостатков.

**2. «Список прилагательных и определений».** Список прилагательных определяет различные качества, свойства и характеристики объекта, деятельности или личности, которые необходимо улучшить. Например, родителям задается вопрос: «Каким вы хотели бы видеть класс, в котором учится ваш ребенок?».

А. Родители предлагают качества, характеристики или описания, соответствующие их представлениям об идеальном классе (дружный, сплоченный, не допускающий оскорблений, оказывающий друг другу поддержку и т.д.).

Б. Группа родителей рассматривает каждое прилагательное в отдельности и решает, каким путем можно улучшить или усилить соответствующую характеристику.

**3. «Ассоциации».** На листе рисуют символ, олицетворяющий проблему или ее существенный момент (например, что мешает установлению доверия в классе, педагог для нашего класса, агрессия и т.д.), затем по ассоциации – другой символ и т.д., пока не придет подходящая идея решения. Рисунок можно заменить символической скульптурой: родителям предлагается «вылепить» «родительское собрание сегодня и завтра». После работы проводится обсуждение заложенных в скульптуре идей.

**4. «Коллективная запись».** Каждый из участников получает «записную книжку», где сформулирована проблема и дается информация или рекомендации, необходимые для ее решения (например, как заинтересовать ребенка чтением; как сохранить любовь и не потерять уважение своих детей и т.д.). Участники независимо друг от друга заносят в «блокнот» свои соображения, определяют наиболее важные для них. Затем записи передаются психологу, он суммирует их, и группа проводит дискуссию, при этом можно использовать «мозговой штурм».

**5. «Запись на листе».** Сущность приема состоит в том, что при обсуждении какой-либо проблемы во время лекции каждый из родителей получает листы бумаги для заметок. Психолог формулирует проблему и просит всех предлагать возможные решения. Каждое предложение записывается на отдельном листе. Вводится запрет на критику. Проблему необходимо формулировать как можно более конкретно: как успокоить ребенка, если он расстроен, должны ли девочки иметь особые привилегии и др.

**6. «Большая мечта».** Предлагается свободно помечтать, затем думать, читать, изучать все, что имеет отношение к этой мечте или к какому-нибудь ее элементу. Наконец, можно попытаться осуществить мечту (семья будущего, идеальный отдых всей семьей, жизнь класса через год, пять лет, перспективы и т.д.).

## *2. Анкетирование, тестирование родителей (групповая и индивидуальная форма работы)*

Учитывая структуру мотивов человека, его интерес к своим психологическим особенностям и возможностям своей личности, в качестве инструмента воздействия на систему мотивов и установок в процессе сотрудничества с родителями можно использовать анкеты, тесты, опросники. Во время работы, чтобы сохранить конфиденциальность и душевное спокойствие, каждый обрабатывает тест о себе самостоятельно по предложенной инструкции. Никто посторонний результатов теста не видит. Предполагается, что извлекаемая из результатов теста информация станет предметом размышлений и переживаний, побуждая к самоанализу.



**Анкетирование, тестирование** – это прежде всего инструмент диалога. Результаты могут привести к смене установок относительно собственных способностей и возможностей и замене стратегий поведения. Избранная методика, тест или опросник могут использоваться как средство непрямого внушения. С этой целью вопросы и утверждения опросников предъявляются на слух и до проведения сложных тестов сначала предлагаются простые, вводные тесты, которые резко снижают психологическую защиту.

**Примерный перечень психодиагностического инструментария,  
применяемого в работе с родителями**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование методики</b>	<b>Источник</b>
1	Тест-опросник родительского отношения	Овчарова Р.В. Справочная книга социального педагога. – М.: Творческий центр, 2001
2	Измерение родительских установок и реакций	Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. Кн. 2. – М.: Владос-Пресс, 2006
3	Метод «Незаконченные предложения»	Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. Кн. 2. – М.: Владос-Пресс, 2006
4	Анализ семейных взаимоотношений АСВ	Олифинович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф. Психология семейных кризисов. – СПб., 2006
5	Типы семейного воспитания	Шапарь В.Б. Практическая психология. Психодиагностика отношений между родителями и детьми. – Ростов н/Д., 2006
6	Опросник «Анализ семейной тревоги»	Олифинович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф. Психология семейных кризисов. – СПб., 2006
7	Опросник «Родители оценивают детей»	Шапарь В.Б. Практическая психология. Психодиагностика отношений между родителями и детьми. – Ростов н/Д., 2006
8	Шкала семейной адаптации и сплоченности	Олифинович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф. Психология семейных кризисов. – СПб.: Речь, 2006
9	Шкала семейного окружения	Шапарь В.Б. Практическая психология. Психодиагностика отношений между родителями и детьми. 2006
10	Методика «Типовое семейное состояние»	Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – СПб.: Питер, 1999
11	Опросник «Взаимодействие родитель–ребенок»	Лидерс А.Г. Психологическое обследование семьи. – М., 2006

12	Тест «Взаимоотношения в семье»	Мухордова О.Е., Шрейбер Т.В. (сост.) Изучение детско-родительских отношений. – Ижевск, 2007
13	Семейная социограмма	Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. – СПб.: Питер, 1999
14	Тест «Подростки о родителях»	Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. Кн. 2. – М.: Владос-Пресс, 2006
15	Тест «Знаете ли вы юношескую психологию?»	Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. Кн. 2. – М.: Владос-Пресс, 2006

*3. Групповые беседы, лекции и тематические консультации педагога-психолога*

**Групповая дискуссия** – совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса, попытка продвинуться к поиску истины, что позволяет прояснить (возможно, изменить) мнение, позиции, установки и ценности родителей. Групповая дискуссия может быть использована в целях предоставления возможности увидеть проблему с разных сторон.

**Лекция** как метод работы с родителями достаточно популярна. Лекция – это знакомая форма трансляции, она позволяет предоставлять большой объем информации, эффективна в начале работы и в большой аудитории. С помощью иллюстраций, интересных примеров психолог направляет усилия родителей на постановку проблемы. Условия творческой активности во время лекции: лично-ориентированный подход.

**Психологические игры, упражнения, занятия для родителей с элементами тренинга.** Психологические игры, упражнения, занятия с элементами тренинга могут проводиться как отдельно, так и в рамках родительского собрания, Родительской гостиной, групповых семейных консультаций. Они направлены на знакомство родителей между собой (обычно вновь созданные группы), на групповую сплоченность, на выявление стиля семейного воспитания, способствуют оптимизации семейного общения, конструктивному решению конфликтов. Психологические игры, упражнения помогают формированию у родителей практических навыков воспитания детей.

## **II. К индивидуальным формам относятся:**

- индивидуальное консультирование;
- беседа.

### **III. Наглядно-информационные формы работы педагога-психолога:**

- информационные стенды для родителей;
- информация, размещенная на сайте организации образования;
- памятки;
- буклеты.

*Критерии эффективности работы педагога-психолога с семьями «группы риска»:*

- сформированность положительного, позитивного отношения к организации образования ребенка и родителей семей обучающихся «группы риска»;
- доверие к педагогическому коллективу (добровольные обращения за психолого-педагогической помощью, активное посещение родительских собраний);
- понимание и принятие родителями положительных и отрицательных качеств личности ребенка;
- выполнение семьей воспитательной функции в отношении ребенка;
- отсутствие правонарушений со стороны ребенка (законопослушное поведение);
- успешность ребенка в обучении.

#### **2.5. Работа с педагогами**

В рамках психолого-педагогического сопровождения обучающихся «группы риска» педагогом-психологом проводится работа с педагогическим коллективом. К основным задачам данного направления работы можно отнести:

- повышение психологической компетентности педагогов по вопросам, связанным с обучением и психологией развития личности обучающихся «группы риска»;
- разработка рекомендаций по осуществлению индивидуального подхода к обучающимся, координация работы по изучению их личностных качеств;
- организация психолого-педагогического сотрудничества педагогов для решения проблем и задач развития обучающихся «группы риска»;

- индивидуальное консультирование педагогов по вопросам взаимодействия с обучающимися, разрешения конфликтных вопросов;
- коррекция отношений педагога с обучающимся, рекомендация методов работы с ним, активное использование методики позитивного стимулирования обучающегося, снятия с него психологических нагрузок;
- разработка рекомендаций по развитию ученического коллектива, созданию благоприятного микроклимата;
- проведение деловых игр, практико-ориентированных семинаров, тренинговых занятий для отработки навыков и умений по работе педагога с обучающимися «группы риска».

Задача каждого педагога, совместно с педагогом-психологом, социальным педагогом организовать педагогическую помощь обучающимся «группы риска», которая включает в себя:

1. Создание благоприятных условий для развития личности обучающихся.
2. Постоянное отслеживание пробелов в знаниях обучающихся. Определение системы дополнительных занятий, помощи в консультировании. Снятие «синдрома неудачника».
3. Заботу об укреплении положения обучающегося «группы риска» в ученическом коллективе, организация помощи им в выполнении общественных поручений.
4. Формирование Я–концепции. Создание у личности обстановки успеха, поддержки, доброжелательности. Анализ каждого этапа, результата деятельности обучающегося, его достижений, поощрение положительных изменений.
5. Оказание педагогической помощи родителям обучающегося. Научить понимать ребенка, опираться на его положительные качества.

Для решения вышеперечисленных задач педагог-психолог использует в своей работе с педагогами такие формы и методы работы, как:

– **Практико-ориентированный семинар** – это одна из форм проведения обучающих занятий, основными принципами которых являются обсуждение, споры, конструктивный диалог и взаимоуважение. Семинар может иметь несколько целей или одну цель. Семинар может проводиться с целью обучения или как инструмент для совершенствования практической работы.

– **Педагогический ринг.** Это одна из дискуссионных форм общения преподавателей и формирования педагогического коллектива. Педагогический ринг проводится с той целью, чтобы многие могли утвердиться в правоте своих методов обучения или провести ревизию своего педагогического арсенала, задуматься над тем, что они делают правильно, а что не совсем так. Полезность состоит еще и в том, что такие встречи позволяют снять всякие закулисные разговоры среди педагогов по вопросам организации учебно-воспитательного процесса. Темы педагогических рингов могут быть самыми разнообразными.

– **Кейс-метод** – это метод обучения через разбор конкретного случая или ситуации из жизни. Кейс-метод – это единый информационный комплекс, который вырабатывает умения анализировать ситуацию, планировать действия и принимать решения.

Особенное значение кейс-метода состоит в том, что он формирует культуру предварительного анализа ситуации, что очень важно для обдумывания и принятия эффективных решений. Материал подается в виде проблем (кейсов).

Виды кейсов:

- ситуации-иллюстрации;
- ситуации-упражнения;
- ситуации-оценки;
- ситуации-проблемы.

– **Тренинговое занятие** – вид практического занятия в интерактивной форме, представляющий собой последовательно выстроенную совокупность различных типов активностей и нацеленный на формирование навыка.

## **2.6. Комплексное взаимодействие классных руководителей/ кураторов групп, социальных педагогов, педагогов-психологов при сопровождении обучающихся «группы риска»**

Для работы с обучающимися «группы риска» необходимо сотрудничество всех сотрудников организации образования. Специалисты системы сопровождения должны в комплексе подходить к решению проблем обучающегося, качественно организовывать профилактическую, консультативную, коррекционно-развивающую работу. Каждый из них должен понимать, что взаимодействие

разных специалистов в решении проблем детей и подростков является трудной задачей, но это единственное, что позволит рассматривать проблемы с разных сторон, учитывать разные точки зрения на одну и ту же проблему.

Взаимодействие классного руководителя/куратора группы, педагогов, социального педагога, педагога-психолога обеспечивает эффективность работы по выявлению и сопровождению обучающихся «группы риска». О проблемах обучающихся классный руководитель/куратор группы сообщает социальному педагогу и педагогу-психологу.

На основе анализа полученной информации социальный педагог, педагог-психолог и классный руководитель совместно разрабатывают план индивидуального сопровождения обучающегося «группы риска».

Специалисты сопровождения (классный руководитель/куратор группы, социальный педагог, педагог-психолог) проводят диагностику, просвещение, консультирование и коррекцию по наиболее важным проблемам развития обучающегося: по выбору образовательного маршрута, проблемам личностного развития, выступают независимыми экспертами и защитниками обучающегося.

### **Основные виды деятельности, осуществляемые специалистами сопровождения на уровне организации образования**

№ п/п	Специалист сопровождения	Основные виды деятельности сопровождения
1	Классный руководитель (куратор группы)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществляет педагогическое сопровождение обучающегося;</li> <li>– делает первичный запрос специалистам и дает первичную информацию об обучающемся;</li> <li>– информирует социального педагога и педагога-психолога о необходимости проведения профилактической и индивидуальной работы с обучающимся;</li> <li>– планирует индивидуальную воспитательную работу;</li> <li>– проводит тематические классные часы и мероприятия с привлечением обучающихся «группы риска» (прил. 8);</li> <li>– осуществляет тесную связь с педагогами-предметниками;</li> <li>– обеспечивает постоянную связь с семьей</li> </ul>
2	Социальный педагог	<ul style="list-style-type: none"> <li>– формирует банк данных обучающихся «группы риска»;</li> <li>– выявляет социальные причины дезадаптации обучающихся «группы риска»;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– организует и координирует комплексную работу по профилактике и коррекции поведения обучающихся «группы риска»;</li> <li>– изучает условия жизни в семье и жилищно-бытовые условия обучающегося;</li> <li>– анализирует участие родителей в воспитании обучающегося;</li> <li>– ведет постоянный контроль за успеваемостью, посещаемостью учебных занятий и занятостью обучающихся «группы риска»;</li> <li>– организует профилактическую индивидуальную работу с обучающимся и его родителями (законными представителями);</li> <li>– поддерживает детей и подростков, попавших в экстремальные ситуации;</li> <li>– организует помощь детям, имеющим проблемы со здоровьем и поведением, во взаимоотношениях с родителями и сверстниками;</li> <li>– осуществляет межведомственное взаимодействие с органами здравоохранения, социальной защиты, опеки и попечительства, специалистами КЗПН, сотрудниками ИДН;</li> <li>– принимает участие в заседании Совета по профилактике организации образования по вопросу постановки на внутри-учрежденческий профилактический учет обучающегося</li> </ul>
3	Педагог-психолог	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проводит психодиагностическую работу с целью изучения индивидуально-типологических особенностей личности обучающегося, его поведения, интересов и склонностей;</li> <li>– изучает взаимоотношения обучающегося со взрослыми и сверстниками;</li> <li>– проводит профилактическую, коррекционно-развивающую работу с обучающимися по выявленным проблемам (примеры представлены в прил. 4–7);</li> <li>– осуществляет консультативную деятельность и психологическую поддержку обучающихся;</li> <li>– оказывает индивидуальную и групповую консультативную помощь родителям (законным представителям);</li> <li>– оказывает консультативную помощь педагогам по работе с обучающимися «группы риска»;</li> <li>– разрабатывает рекомендации классному руководителю, социальному педагогу, педагогам по организации работы с данной категорией обучающихся</li> </ul>

Регламент работы педагогических и руководящих работников организаций образования с обучающимися с целью профилактики безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних представлен в прил. 15 данных методических рекомендаций.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева Г.М. Социальная психология. – М., 2010.
2. Александрова Ю.В. Возрастная психология. Характеристика психологических особенностей подростков и юношей. – Современный гуманитарный университет, 1999.
3. Астапов В.М. Обучение и воспитание детей «группы риска». – М., 1996.
4. Беличева С.А. Социально-педагогическая поддержка детей и семей «группы риска». – М., 2006.
5. Бойко В.В. Трудные характеры подростков: развитие, выявление, помощь. – СПб.: Союз, 2002.
6. Воспитание трудного ребенка: Дети с девиантным поведением: учеб.-метод. пособие / под ред. М.И. Рожкова. – М., 2001.
7. Дивицына Н.Ф. Социальная работа с детьми группы риска. – М.: Владос, 2008.
8. Дубровина И.В. Рабочая книга школьного психолога. – М.: Просвещение, 2003.
9. Казанская В. Подросток. Трудности взросления. – СПб.: Питер, 2006.
10. Казанская В. Подросток. Социальная адаптация. – СПб.: Питер, 2011.
11. Клейберг Ю.А. Психология девиантного поведения. – М.: ТЦ «Сфера», Юрайт-М, 2001.
12. Корнилова Т., Григоренко Е., Смирнов С. Подростки групп риска. – СПб.: Питер, 2005.
13. Кондрашенко В.Т., Игумнов С.А. Девиантное поведение у подростков.
14. Личко А.Н. Психопатии и акцентуации характера у подростков. – М.: Медицина, 2003.
15. Невский И.А., Колесова Л.С. Подростки «группы риска» в школе. – М., 1996.
16. Олиференко Л.Я., Шульга Т.И., Дементьева И.Ф. Социально-педагогическая поддержка детей группы риска. – М.: ИЦ «Академия», 2008.



17. Ольшанский В.Б. Личность и ее социальные ценности. Социология в России: в 2 томах. – М., 2005. – Т. 1.
18. Петрова Л.И. Ребенок группы риска. Откуда берутся трудные дети. – М.: Феникс, 2013.
19. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учеб. пособие. – Самара: ИД «Бахрах-М», 1998.
20. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности: учеб. пособие. – СПб.: Изд-во СПб. ун-та, 2001.
21. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: в 2 частях. Ч. 1. Система работы психолога с детьми разного возраста. – М.: Юрайт-М, 2012.
22. Сакату Х. Психологические особенности детей группы риска. – М., 2000.
23. Тагирова Г.С. Психолого-педагогическая коррекционная работа с трудными подростками. – М.: Педагогическое общество России, 2003.
24. Шнейдер Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков. – М.: Академический проект, Гаудеамус, 2007.
25. Шульга Т.И., Олиференко Л.Я., Дементьева И.Ф. Социально-педагогическая поддержка детей группы риска. – М., 2008.

## **ТРЕБОВАНИЯ К ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКОМУ ИНСТРУМЕНТАРИЮ И СБОРУ ИНФОРМАЦИИ ОБ ОБУЧАЮЩИХСЯ «ГРУППЫ РИСКА»**

М.С. Полянский выделяет ряд требований, которым должен отвечать диагностический инструментарий:

1. Нацеленность на выявление позитивных факторов развития и поиск путей решения проблемы.

2. Простота, доступность, скорость переработки. Для педагогов первого уровня сопровождения особенно ценными являются те методики, которые позволяют быстро и эффективно выявлять пути решения проблемы.

3. Диагностический инструментарий должен обеспечивать безопасную с точки зрения возможности разглашения информации процедуру исследования, соблюдение принципа приоритета интересов ребенка/подростка.

Одним из наиболее часто используемых в настоящее время инструментов для выявления таких подростков является социальный паспорт группы, который составляется социальным педагогом совместно с руководителем группы.

Примерная схема сбора информации:

– беседа с преподавателями и классным руководителем/руководителем группы;

– беседа с родителями;

– изучение особенностей развития;

– сбор информации о состоянии здоровья совместно с медицинским работником;

– изучение данных об успеваемости обучающегося, анализ учебных проблем;

– изучение особенностей коллектива (школьного, студенческого) (социометрическое исследование, наблюдение, беседа с преподавателями и классным руководителем группы);

– анализ социального паспорта группы;

– анкетирование родителей.

Важным условием эффективной работы по выявлению подростков «группы риска» является своевременное обращение руководителя группы или преподавателя к педагогу-психологу в случаях:

- наличия у обучающегося серьезных поведенческих проблем (отказ от соблюдения установленных норм и правил, агрессивное поведение и т.д.);
- появления у обучающегося проявлений депрессивного состояния (замкнутость, «уход в себя», эмоциональные всплески и др.);
- пропуска обучающимися занятий и учебных дней без уважительных причин;
- употребления или предполагаемого употребления ими спиртных напитков и других наркотических веществ;
- кризисной ситуации в семье;
- резкого ухудшения состояния здоровья;
- в других случаях, когда ухудшение социальных условий представляет угрозу эмоциональному благополучию обучающегося.

На основе анализа полученной информации социальный педагог, педагог-психолог и руководитель группы совместно осуществляют индивидуальное сопровождение обучающегося «группы риска».

Выявление обучающихся с социально-эмоциональными проблемами осуществляется в процессе систематически проводимой массовой диагностики или в результате получения сигнала о проблеме от самого подростка, преподавателя, родителей; других представителей ближайшего окружения.

Как отмечалось выше, помощь обучающемуся в решении социально-эмоциональных проблем оказывается на разных уровнях, первый из которых – его ближайшее окружение: родители, руководитель группы, одноклассники и преподаватели. Следующим уровнем помощи будет специально организованное в образовательном учреждении сопровождение. Но в отдельных случаях возникает необходимость предоставить обучающемуся специализированную помощь вне учебного заведения. Осуществляющий сопровождение, поддерживающий постоянный контакт с различными учреждениями, оказывающими помощь детям и их родителям, является в таких случаях посредником.

Для выбора нужного метода и приема психолого-педагогического воздействия на обучающихся «группы риска» необходимо определить причины их поведения и поступков.

Созидательные педагогические приемы содействуют улучшению взаимоотношений между руководителем группы и обучающимся, установлению душевного контакта. К ним относятся:

- проявление доброты, внимания, заботы;
- просьба;
- поощрение (одобрение, похвала, награда, доверие, удовлетворение определенных интересов и потребностей, выражение положительного отношения);
- «авансирование» личности – предоставление обучающемуся определенного блага, высказывание положительного мнения о студенте, хотя он этого в настоящее время в полной мере еще не заслуживает; аванс побуждает к лучшему;
- обходное движение – защита обучающегося от обвинения коллектива;
- прощение;
- проявление огорчения;
- проявление умений преподавателя, его мастерство.

Приемы, способствующие формированию у воспитанника правильного поведения:

- убеждение и личный пример. Убеждение – это и разъяснение, и доказательство правильности или необходимости определенного поведения либо допустимости какого-то поступка. Личный пример – важный аргумент правоты педагога;
- доверие;
- моральная поддержка и укрепление веры в свои силы;
- вовлечение в интересную деятельность;
- нравственное упражнение.

Приемы, построенные на понимании динамики чувств и интересов студента:

- опосредование. Руководитель группы достигает желаемых изменений в поведении обучающегося не прямым указанием, как вести себя, а через какое-то промежуточное звено;

– фланговый подход. Руководитель группы, обнаружив проступок обучающегося, не всегда осуждает и наказывает его, а умело затрагивает такие чувства, которые побуждают к хорошему поведению;

– активизация сокровенных чувств обучающегося. Воздействие заключается в создании обстоятельств, пробуждающих глубоко скрытые чувства, которые способствуют воспитанию благородных стремлений.

Прямые и косвенные, тормозящие приемы:

– констатация поступка. Прямая констатация поступка – это высказывание, в котором сделан акцент на данном поступке. Косвенная констатация – высказывание или действие, которое показывает обучающемуся, что его поступок педагогу известен;

– необычный подарок;

– осуждение – открытое отрицательное отношение педагога к нарушению моральных норм;

– наказание. Действует относительно успешно только тогда, когда нежелательное поведение еще не превратилось в привычку, а само наказание является для обучающегося неожиданностью. Недопустимы грубость, оскорбительные выражения, физическое наказание;

– предупреждение;

– проявление возмущения.

Неблагополучие обучающегося можно выявить в следующих сферах жизнедеятельности:

– учебная деятельность;

– взаимоотношения со сверстниками;

– взаимоотношения со взрослыми;

– проведение свободного времени;

– отношение к труду и профессиональная ориентация;

– поведение и поступки.

Способы получения необходимой информации:

– анализ учебных журналов;

– опрос мнения преподавателя об обучающемся;

- анализ учета посещаемости занятий;
- анализ зафиксированных нарушений дисциплины;
- беседы с родителями обучающегося;
- социометрические исследования;
- наблюдения;
- беседы с обучающимся;
- запрос информации в медицинские центры, если обучающимся там оказывали помощь;
- запрос информации в подразделения по делам несовершеннолетних;
- запрос информации на предыдущие места учебы.

Программа психолого-педагогической коррекции обучающегося «группы риска» может включать в себя:

- взаимодействие педагога и обучающегося, направленное на развитие социально-эмоциональной компетентности, которая предполагает способность адекватно относиться к себе и другим людям, умение управлять своими чувствами, понимать и уважать чувства других;
- организацию досуга обучающегося (помощь в досуговом самоопределении, поиск кружка, секции и т.д.);
- помощь в преодолении учебных затруднений;
- помощь в выборе образовательного маршрута в профессиональном самоопределении;
- сопровождение семьи (информационная поддержка, консультирование);
- обращение в районные городские социальные службы для предоставления различных видов материальной и социальной помощи;
- защиту прав подростка, включая защиту от жестокого обращения со стороны родителей и представителей ближайшего окружения.

Заметим, что развитие социально-эмоциональной компетентности – важное условие профилактики социально-эмоциональных проблем, одна из важнейших задач педагогического взаимодействия. Развитие социально-эмоциональной компетентности осуществляется на трех уровнях:

- 1) на когнитивном уровне формируется понимание, представление о себе, о других, о взаимоотношениях людей;

2) на эмоциональном уровне развивается способность к саморегуляции и осознанию собственных чувств и чувств других людей;

3) на поведенческом уровне формируются и развиваются навыки социального взаимодействия.

Индивидуальное сопровождение обучающегося «группы риска» может осуществляться педагогом-психологом во взаимодействии с преподавателем/руководителем группы или непосредственно ими при консультативной поддержке педагога-психолога и социального педагога.

Взаимодействие со всеми обеспечивает эффективность работы по выявлению и сопровождению обучающихся «потенциальной» и «реальной» группы социального риска «группу риска» могут попасть обучающиеся, которые находятся в социальных условиях, неблагоприятных или недостаточно благоприятных для их развития. У таких обучающихся могут возникнуть серьезные социально-эмоциональные проблемы, если на первом уровне помощи не будет обеспечена необходимая поддержка.

Обучающиеся с достаточно серьезными социально-эмоциональными и поведенческими проблемами, требующие особого внимания и помощи со стороны педагогов, родителей и других специалистов.

Диагностика склонности к зависимому поведению и выявление подростков «группы риска» – это начальный этап деятельности по профилактике и коррекции зависимого поведения. Именно полученные результаты подскажут направления дальнейшей деятельности и помогут в последующем оценить эффективность проведенной с подростками профилактической работы.

Еще один подход при выявлении обучающихся «группы риска» склонности к зависимому поведению заключается в диагностике личностных особенностей, увеличивающих вероятность приобщения подростков к употреблению психоактивных веществ. Традиционно такими чертами считаются инфантилизм, внушаемость и подражательность, ригидность и упрямство, прогностическая некомпетентность, наивность, любопытство и высокая поисковая активность, максимализм, яркость воображения, нетерпеливость, склонность к риску и «вкусу опасности», страх быть покинутым.

Взаимодействие руководителя группы, преподавателей, администрации обеспечивает эффективность работы по выявлению и сопровождению обучающихся группы риска, то есть ребят, которые находятся в неблагоприятных социальных условиях (проблемы в семье, неуспех в учебе, миграции и др.), испытывающие на себе воздействие негативных социальных факторов развития. У таких подростков могут возникнуть социально-эмоциональные проблемы, если на первом и втором уровнях помощи не будет обеспечена необходимая помощь и поддержка. Сбор, анализ информации с целью выявления у обучающихся социально-эмоциональных, а также других проблем заканчивается осуществлением индивидуального сопровождения.



## **МЕТОДЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПЕДАГОГОМ-ПСИХОЛОГОМ ПРИ ОКАЗАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ОБУЧАЮЩИМСЯ «ГРУППЫ РИСКА»**

### *1. Информирование*

Расширение (изменение, корректировка) информированности консультируемого, повышение его психологической грамотности в области обсуждаемых вопросов за счет примеров из обыденной жизни, обращения к литературным источникам, научным данным, 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, вопроса) консультируемого. Метафора имеет косвенное влияние на установки, стереотипы, мнения человека, позволяет взглянуть на ситуацию как бы со стороны. Благодаря этому снижаются субъективная значимость и ложное ощущение уникальности проблемы. Кроме того, удастся разрядить излишне напряженную атмосферу беседы.

### *3. Установление логических взаимосвязей*

Педагог-психолог вместе с подростком устанавливает последовательность событий, выделяет роль внутренних (субъективных) факторов в происхождении событий жизни и их взаимосвязи. Данный способ позволяет расширить и уточнить понимание.

### *4. Проведение логического обоснования*

Данный способ позволяет отсортировать возможные способы решения актуальной жизненной задачи для подростка за счет логического анализа, позволяющего прогнозировать (обосновать) последствия (эффективность) разных путей решения.

### *5. Самораскрытие*

Педагог-психолог косвенно побуждает подростка «стать самим собой», делаясь собственным личным опытом, выражая терпимое отношение к различным высказываниям, чувствам консультируемого.

### *6. Конкретное пожелание*

Пожелание может содержать рекомендацию попробовать какой-либо конкретный способ действия при решении актуальной задачи. Подросток оценивает ситуацию, приемлемость предлагаемых способов, планирует шаги для их реализации.

### *7. Парадоксальная инструкция*

Для того чтобы вызвать чувство протеста и активизировать подростка, позволить ему лучше понять происходящее, можно предложить ему: «Продолжай делать то, что ты делаешь. Повтори свои действия (мысли, поступки) по крайней мере три раза...».

### *8. Убеждение*

Данный способ целесообразно использовать на фоне уравновешенного эмоционального состояния, его применение предполагает хорошее развитие образного и абстрактного мышления, устойчивости внимания. Педагог-психолог, используя понятные аргументы для подростка, позволяет ему убедиться (утвердиться) в понимании определенных событий, способов, мыслей.

### *9. Эмоциональное заражение*

При установлении доверительных отношений педагог-психолог становится фигурой для эмоциональной идентификации. За счет этого он может поменять (откорректировать) эмоциональное состояние подростка, заражая его собственным эмоциональным состоянием.

### *10. Помощь в ликвидации неконструктивных эмоций*

Применение данного способа особенно актуально при острых эмоциональных состояниях, которые могут выражаться в форме смеха, слез, выговаривания, активного действия (походить, постучать, побить подушку, потопать ногами, нарисовать..., почертить, написать...).

Этот способ снимает напряжение, вызванное негативной эмоцией. Педагогу-психологу необходимо выдерживать позицию внимательного наблюдателя, который сочувствует, понимает, но не присоединяется к чувствам консультируемого.

### *11. Релаксация*

Помощь подростку в освоении и осуществлении способов расслабления, достижения внутреннего покоя и комфорта. Может осуществляться в форме медитации, аутотренинговых и релаксационных упражнений.

### *12. Повышение энергии и силы*

Данный способ следует применять, когда обучающийся чувствует себя обессиленным, «выжатым», демонстрирует отсутствие сил (энергии). Конкретные двигательные упражнения, перевоплощение, мысленное «подключение» к различным источникам энергии позволяет повысить активность и работоспособность консультируемых, ощутить прилив бодрости и жизненных сил.

### *13. Переоценка*

При наличии негативных чувств, мыслей позволяет выработать новый взгляд (отношение) на ситуацию. Переоценка включает выделение 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*

Действия, о которых договариваются педагог-психолог и консультируемый, могут помочь закрепить наметившиеся в ходе консультации изменения, отследить результаты, опробовать новые способы.

### *15. Позитивный настрой*

Позволяет укрепить веру в возможности подростка по разрешению возникшего затруднения, а также сконцентрировать 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 в значимых ситуациях.

### *17. Анализ ситуаций*

В ходе консультирования можно проводить совместный анализ как реальных жизненных ситуаций, так и ситуаций из жизни других людей, включая литературные примеры. Данный способ вместе с информированием помогает повысить психологическую грамотность, а также развить навыки использования психологической информации при анализе ситуаций.

### *18. Внутренние переговоры*

Данный способ может использоваться для устранения внутренних конфликтов. Он предполагает выделение конфликтующих сторон (субличностей), их наименование и осуществление диалога между ними. Психолог не может бороться вместо консультируемого, но он может помочь осознать конфликтную ситуацию и организовать внутренние переговоры, ведущие к компромиссу.

После специальных тренировок подросток обучается подключать к переговорам своего Творца – мудрую, творческую силу, которая есть у каждого человека. Это помогает не только находить компромиссы, но и создавать новые оригинальные решения.

### *19. Трансформация личной истории*

Целенаправленное погружение в собственную историю для мысленного субъективного завершения незакрытых событий прошлой жизни, изменения навязанных программ и сценариев. Это способствует 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 что-то, можно предложить ему сделать это, актуализировав соответствующую ситуацию в ходе психологической работы (мысленно или реально в игровой модели).

### *20. Целеустройство*

Имеет смысл заняться поиском новых жизненных целей и смыслов, когда подросток чувствует некоторую опустошенность, малоценность собственного существования, хочет изменить свою жизнь, но не знает, в каком направлении двигаться. Для целеустройства можно использовать как рациональные техники, так и способы творческого воображения.

### *21. Наполнение смыслом «обыденных» жизненных событий*

Этот способ имеет большое значение для обучающихся, которым жизнь кажется скучной, все занятия неинтересными. Он предполагает работу по повышению значимости происходящих событий, наполнению смыслом выполняемых действий (аналогично Тому Сойеру, который смог превратить в удовольствие скучное занятие по покраске забора).

## 22. Оказание помощи в поисках идентичности

Указанное направление воздействия весьма актуально для подростков, которые мучительно ищут ответ на вопрос: «Кто я на самом деле?». Конкретные пути, позволяющие найти ответ на данный вопрос, могут быть основаны на самопознании, самоанализе, осмыслении собственных поступков, медитативном погружении и т.д.

В качестве примера можно привести процедуру «Сосредоточенное мечтание», которая осуществляется в несколько этапов:

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

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

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

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

5. Составление списка ресурсов для достижения цели.

6. Составление списка ограничений на пути к цели.

7. Составление поэтапного плана достижения цели.

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

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ  
ПРЕВЕНТИВНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ,  
ПРЕДРАСПОЛОЖЕННЫМИ К ОПРЕДЕЛЕННОМУ ПОВЕДЕНИЮ  
В ЗАВИСИМОСТИ ОТ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА**

**а) Демонстративный тип акцентуации характера**

<b>Метод</b>	<b>Прием</b>	<b>Цель</b>
Индивидуальная беседа	Разъяснение, внимание, беседа	1. Предостеречь обучающегося от последствий своего поведения. 2. Помочь увидеть себя глазами окружающих. 3. Показать обучающемуся особенности его характера, поведения
Оказание помощи	Организация успеха, вовлечение в интересную деятельность	1. Помочь обучающемуся раскрыть свои способности. 2. Вовлечение в интересную деятельность. 3. Организовать эту деятельность так, чтобы он играл в ней заметную роль среди товарищей (например, в художественной самодеятельности). 4. Поднять престиж обучающегося
Наблюдение		1. Постоянное изучение результатов работы по формированию положительных качеств и искоренению отрицательных. 2. Прогноз возможного развития ситуации
<b><i>В конфликтной ситуации</i></b>		
Индивидуальная беседа	Внимание, поддержка, разъяснение	1. Раскрыть причину конфликта. 2. Объяснить пути выхода из положения. 3. Оказать психологическую поддержку
Беседа со значимым другом	Опосредованное воздействие	1. Найти того, кто симпатизирует обучающемуся. 2. Помочь обучающимся завязать дружеские отношения. 3. Оказать психологическую поддержку
Беседа с активом	Опосредованное воздействие, разъяснение	1. Разъяснить активистам особенности характера трудного обучающегося. 2. Оказать психологическую поддержку
Оказание помощи	Активизация духовных	1. Создать условия для проявления лучших качеств обучающегося.

	чувств, нрав- ственное упражнение	2. Поднять престиж обучающегося. 3. Вернуть доброе расположение товарищей
--	---	--

### б) Возбудимый и циклотимический тип акцентуации

Метод	Прием	Цель
Индивидуальная беседа	Разъяснение, убеждение, доказательство, забота	1. Рассказать обучающемуся об особенностях его характера и поведения. 2. Убедить его в необходимости воспитания в себе воли, выдержки, самоконтроля и саморегуляции
Беседа со значимым другим	Опосредованное воздействие	1. Найти того, кто симпатизирует обучающемуся. 2. Желательно, чтобы он обладал уравновешенным темпераментом. Это сангвиники и флегматики. 3. Оказание сдерживающего, уравновешенного влияния
Беседа с родителями	Разъяснение, опосредованное воздействие	1. Проинформировать об особенностях характера обучающегося и его поведения. 2. Посоветовать в общении с ним опираться на такие его качества, как решительность, инициативность (для возбудимой акцентуации), серьезность, романтичность (для циклотимиков). 3. В коллективе постараться создать соответствующее мнение, не допускать создания микрогрупп с отрицательной направленностью. 4. Помочь обучающемуся раскрыть свои способности
Беседа с активом	Опосредованное воздействие, организация успеха, вовлечение в интересную деятельность	1. Проинформировать актив об особенностях характера обучающегося и его поведения. 2. Привлечь к занятиям в спортивной секции или в художественной самодеятельности, найти дело по душе. 3. Создать об обучающемся в коллективе соответствующее мнение
Наблюдение		1. Анализ результатов работы по формированию положительных качеств обучающегося и искоренению отрицательных качеств. 2. Контроль за поведением обучающегося с помощью актива

## в) Эмотивный и аффективно-экзальтированный тип акцентуации

Метод	Прием	Цель
Индивидуальная беседа	Разъяснение, внимание, забота	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Помочь обучающемуся осознать необходимость своевременно и точно выполнять обязанности.</li> <li>2. Объяснить ему, что он должен думать, прежде всего, о деле, а потом уже о том, что могут подумать о нем окружающие.</li> <li>3. Помочь обучающемуся осознать необходимость постоянно поддерживать свой деловой авторитет и воспитывать в себе соответствующие качества</li> </ol>
Беседа с родителями	Разъяснение, просьба, опосредованное воздействие	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рассказать об индивидуально-психологических особенностях данного обучающегося.</li> <li>2. Обратит внимание на необходимость в общении с ним проявлять особый такт и чуткость</li> </ol>
Беседа с активом	Разъяснение, опосредованное воздействие, организация успеха, доверие	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Исключить условия, мешающие обучающемуся преодолеть чувство тревоги, неполноценности.</li> <li>2. Предупредить окружающих об особенностях характера обучающегося.</li> <li>3. Давать обучающемуся индивидуальные поручения, помогать их выполнить и поручить дело, связанное с художественным творчеством, природой.</li> <li>4. Сформировать положительное мнение о нем, поднять престиж</li> </ol>
Беседа с педагогами, оказание помощи	Опосредствованное воздействие	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нацелить на то, чтобы он помог обучающемуся быстрее адаптироваться к новым условиям жизни, учебы, быта.</li> <li>2. Помочь обучающемуся преодолеть тревожные состояния и неуверенность в себе</li> </ol>
Наблюдение		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Руководитель группы постоянно изучает результаты работы по формированию положительных качеств у обучающегося и искоренению отрицательных.</li> <li>2. Осуществлять постоянный контроль эмоционального состояния обучающегося.</li> <li>3. При необходимости дополнять контроль консультацией врача, педагога-психолога.</li> <li>4. С помощью актива организовать контроль за поведением обучающегося</li> </ol>



### г) Тревожный и астено-невротический тип акцентуации

Метод	Прием	Цель
Индивидуальная беседа	Внимание, забота, поддержка	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выявить факторы, травмирующие или тревожащие психику обучающегося.</li> <li>2. Помочь по возможности устранить причины тревожных мыслей.</li> <li>3. Помочь обучающемуся повысить мнение о себе.</li> <li>4. Понять, какое ему можно поручить дело, в котором он может добиться успеха</li> </ol>
Беседа с родителями	Разъяснение, опосредованное воздействие, организация успеха	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Исключить условия, мешающие обучающемуся преодолеть чувство тревоги и неполноценности.</li> <li>2. Предупредить об особенностях характера и здоровья обучающегося.</li> <li>3. Поручить дело, в котором он может добиться успеха.</li> <li>4. Сформировать положительное мнение о нем, поднять престиж</li> </ol>
Беседа с активом	Разъяснение, опосредованное воздействие, организация успеха	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Исключить условия, мешающие обучающемуся преодолеть чувство тревоги и неполноценности.</li> <li>2. Предупредить об особенностях характера и здоровья обучающегося.</li> <li>3. Поручить дело, в котором он может добиться успеха.</li> <li>4. Сформировать положительное мнение о нем, поднять престиж</li> </ol>
Беседа с обучающимся, который вступает с данным обучающимся в конфликт	Разъяснение, акцентирование, анализ ошибочных суждений, осуждение, возбуждение тревоги о предстоящем наказании	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предупредить обучающегося об особенностях характера и здоровья его одноклассника/сокурсника.</li> <li>2. Исключить условия, мешающие преодолеть чувство тревоги, мысль о своей неполноценности.</li> <li>3. Предупредить об ответственности, если по его вине совершит суицидальную попытку</li> </ol>
Наблюдение		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Руководитель группы анализирует результаты работы по формированию положительных качеств обучающегося и изжитию отрицательных.</li> <li>2. По возможности оперативно устраняет причины, мешающие обучающемуся изжить недостатки и избавиться от чувства тревоги, неуверенности в себе</li> </ol>

## ПРИМЕРЫ ЗАНЯТИЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ, РЕКОМЕНДУЕМЫХ К ПРОВЕДЕНИЮ В РАБОТЕ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ «ГРУППЫ РИСКА»

### **Занятие 1. «Зачем мы здесь собрались?»**

**Цели:** знакомство с членами группы и организация взаимодействия участников друг с другом.

#### *Ход занятия*

##### *Упражнение 1. «Знакомство»*

Психолог представляется, приветствует членов группы. И говорит, что на этом занятии необходимо познакомиться и начать обсуждать, чему каждый хочет научиться в группе. Предлагаем каждому написать свое имя на бейджике.

##### *Упражнение 2. «Необычное приветствие»*

Предлагаем членам группы «поздороваться» друг с другом «необычным» способом: мизинцем правой руки, мизинцем левой руки, правым локтем, левым локтем, правым плечом, левым плечом, правой пяткой, левой пяткой, правой коленкой, левой коленкой, правым боком, левым боком, спиной, затылком, правым ухом, левым ухом. При этом следует двигаться хаотично (в режиме броуновского движения) в пределах комнаты, в сопровождении ритмичной музыки.

##### *Упражнение 3. «Что я знаю о себе и о тебе»*

Разбиваем участников группы на пары и просим их познакомиться: сказать, как их зовут, что это означает, как переводится имя, что они думают или чувствуют по поводу предстоящей групповой работы. Просим их сказать друг другу, как бы они завершили следующие предложения:

- «У меня лучше всего получается ...»;
- «Я горжусь тем, что я ...»;
- «Самая трудная ситуация, с которой я успешно справился – это ...».

Через несколько минут собираем группу и просим каждого подростка рассказать, что он/она узнал(-а) о собеседнике(-це). Во время выступления важно поощрять следующие формы поведения:

– откровенность. «Спасибо за рассказ о твоём партнере». Используем свое умение слушать: улыбаться, кивать головой и применять другие невербальные знаки внимания;

– обращение друг к другу. Если подросток при выступлении смотрит на психолога или в сторону, необходимо напомнить, что он должен обращаться прямо к тому, о ком говорит;

– высказывание по очереди. Если кто-то хочет выступить второй раз, сказать: «Подожди немного, пока не выскажутся те, кто еще не говорил. Потом снова наступит твоя очередь».

В качестве разминки просим подростков построиться по алфавиту имен, росту, цвету волос.

#### *Упражнение 4. «Кодекс группы»*

Участники группы совместно с психологом вырабатывают «Кодекс группы»:

1. Приходить на занятия группы нужно вовремя.
2. Каждый участник группы имеет право выступить.
3. В группе все обязаны относиться друг к другу с уважением: стараться не оценивать других, быть искренними в своих чувствах.
4. Во время занятий не допускаются насмешки друг над другом. Каждый защищен от физического насилия.
5. У каждого есть право сказать «нет» или «пропускаю». Но прежде подумайте: «Если я скажу «нет», может, я потеряю единственную возможность узнать что-то важное о себе.
6. Каждый имеет право покинуть группу, но «обратной дороги» нет. Если обязательства вынуждают вас преждевременно прекратить занятия, важно сказать об этом другим членам группы.

После выработки основных правил обсуждаем вопрос, чем эти правила полезны для группы. Записываем их на листе ватмана и просим участников группы добавить еще что-нибудь.

(На первом занятии вводная часть может занимать до половины всего времени занятия!)

### *Упражнение 5. Рисунок «Мое настроение»*

Просим нарисовать свое состояние на момент начала работы группы. Этот рисунок станет первым в галерее рисунков, которые вывешиваются на стене друг под другом и будут отражать динамику личностных изменений. Проводим обсуждение – что общего есть в рисунках, что удивило ребят, какие чувства у них возникли?

### *Упражнение 6. Рисунок «Автопортрет»*

Просим нарисовать свой автопортрет в символической форме, поместить рисунок под рисунком «Мое настроение», проводим обсуждение. Просим самостоятельно разбиться на пары и пообщаться без помощи рук с закрытыми глазами: поздороваться, познакомиться, обменяться впечатлениями, попрощаться (время выполнения упражнения 5–7 минут). Просим подростков нарисовать свои впечатления о собеседнике в символической форме, рисунок поместить под автопортретом.

### *Упражнение 7. «Рефлексия»*

Проводим обсуждение трудностей, возникших в ходе выполнения упражнений.

### *Упражнение 8. «Домашнее задание»*

Нарисовать «несуществующее животное», придумать для него «несуществующее» название, описать, что оно любит и что не любит.

## **Занятие 2. «Мы – команда»**

**Цели:** формирование доверия и комфорта в группе, обучение навыкам постепенного расслабления мышц.

### ***Ход занятия***

#### *Упражнение 1. «Имена»*

Попросить два раза произнести вслух свое имя, затем имя любого другого участника группы. Тот участник, чье имя назвали, принимает эстафету, дважды

называя вслух свое имя и затем имя следующего участника группы. Игра позволяет вспомнить имена и включить участников в процесс групповой работы.

#### *Упражнение 2. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего задания (рисунок «несуществующего животного»).

#### *Упражнение 3. «Звезда»*

Предлагаем кому-нибудь из участников группы лечь в центре круга на ковер так, «чтобы было удобно». Обсудить трудности пребывания в «открытой позе» (поза звезды), возникшее желание «закрыться».

#### *Упражнение 4. «Театр прикосновений»*

Работа в парах/тройках, где один участник выступает в роли «пассивно воспринимающего» (лежа на ковре в позе звезды с закрытыми глазами, отслеживая свои внутренние ощущения, чувства и мысли), а другие участники наносят разного рода «контакты»: игольчатые, более жесткие, «мостообразные», разнесенные по телу с целью расслабления тела «пассивно воспринимающего» и снятия «сверхконтроля». Обсуждение в рабочих парах/тройках.

#### *Упражнение 5. «Фигура человека»*

Попросить членов группы нарисовать фигуру человека, рассказываем о том, как наше тело отражает наши проблемы (тревоги, страхи) в виде «мышечных зажимов».

#### *Упражнение 6. «Падение в круге»*

Члены группы выполняют упражнение «падение в круге»: подросток, помещенный в центр круга, не сходя с места и не сгибаясь, падает на руки других участников, информируя о своих ощущениях от поддержки. Упражнение выполняется с целью выявления и проработки «базальной тревожности» и связанного с ней чувства недоверия к окружающему миру.

### *Упражнение 7. «Расслабимся?»*

Овладение техникой постепенного мышечного расслабления (нервно-мышечной релаксацией) с целью снятия напряжения и тревожности до, во время и после стрессовой ситуации.

### *Упражнение 8. «Бревнышки»*

Участники группы укладываются на ковер в один ряд и начинают перекачиваться друг через друга.

### *Упражнение 9. «Рефлексия»*

Обсуждение трудностей, которые возникли в ходе выполнения упражнений.

### *Упражнение 10. «Домашнее задание»*

Выполнять нервно-мышечную релаксацию один раз в день.

## **Занятие 3. «Учимся общаться»**

**Цель:** развитие доверия и чувства сплоченности в группе.

### *Ход занятия*

#### *Упражнение 1. «Слепой и поводырь»*

Участники группы по очереди пытаются провести «слепого» (участника с завязанными глазами) через искусственно созданные препятствия, затем проводим обсуждение; с каким по счету «поводырем» подростку было комфортнее, почему; «слепой» пытается угадать, когда кто водил.

#### *Упражнение 2. «Дождик»*

Участники группы выстраиваются в две шеренги, напротив друг друга. Каждый по очереди, медленно проходит между этими «шеренгами» с закрытыми глазами, в то время как другие участники наносят легкие «игольчатые» прикосновения, имитирующие капли дождя.

### *Упражнение 3. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего задания (трудностей, возникших при самостоятельном выполнении техники нервно-мышечной релаксации).

### *Упражнение 4. «Скульптура»*

Построение «телесных скульптур»: работа осуществляется в парах со сменной ролей. Один участник («скульптор») молча лепит из тела другого любую «скульптуру». Когда все скульптуры готовы, проводится обсуждение с обменом впечатлениями.

### *Упражнение 5. «Марионетка»*

Работа осуществляется в тройках. Один участник с закрытыми глазами выступает в роли марионетки: пассивно воспроизводит те движения, которые молча задают два других участника. Работа выполняется со сменой ролей и обязательным обсуждением после выполнения. Время выполнения 7–10 минут на каждого участника.

### *Упражнение 6. «Доверяющее падение»*

Каждый участник по очереди падает спиной, не сгибаясь, со стула (или скамейки) на руки других участников группы, которые бережно подхватывают его.

### *Упражнение 7. «Подышим?»*

В ходе выполнения релаксационных упражнений предлагаем последовательно представить «маленькие ротки» в области стоп, коленей, копчика, средней части грудной клетки, ладоней, плеч, шеи, макушки, всего тела. Дается инструкция: «Делайте вдох через маленькие ротки, а выдох произвольно».

### *Упражнение 8. «Почему я не могу сопереживать»*

Работа в парах. Участники по очереди высказывают друг другу свои мысли.

### *Упражнение 9. «Рефлексия»*

Обсуждение трудностей, возникших в ходе выполнения упражнений.

### *Упражнение 10. «Домашнее задание»*

В ходе самостоятельного выполнения упражнений на релаксацию выполнять технику «продышать тело» один раз в день.

## **Занятие 4. «Наши эмоции и чувства»**

**Цели:** осознание и выражение собственных чувств, работа с «боязнью сильных чувств».

### *Ход занятия*

#### *Упражнение 1. «Приветствие»*

Поздороваться глазами, потом спинами.

#### *Упражнение 2. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего задания; выполнение техники расслабления через дыхание «продышать тело».

#### *Упражнение 3. «Зеркало»*

Можно проводить в парах: один «отражает» второго или движение одного повторяют все участники группы.

#### *Упражнение 4. «Мои мысли, чувства, поведение» (в форме беседы)*

Поведение – это то, что мы делаем. Иногда надо изменить его, чтобы достигнуть каких-нибудь успехов в жизни. Мысли – это то, что происходит в нашем уме (например, когда мы рассуждаем при решении математической задачи; при оценивании (когда мы делаем выбор в своем уме): «стоит ли мне брать сигарету, если мне ее предложили?»).

Чувства еще называют «эмоциями». Это наши переживания разных событий. Чувства можно «ощущать»: например, слабость в коленях при чувстве страха. Чувства можно «осознавать»: понимать, какое чувство испытываешь в данное время. Чувства помогают нам понять, что для нас хорошо, а что плохо,



и мы можем предпринять какие-то действия, например, убежать, если нам страшно, и попросить о помощи, если нам грустно и одиноко. Чувства не бывают хорошими или плохими – это часть нас самих.

А вот поступки, которые мы можем совершать под влиянием наших чувств, могут быть хорошими или плохими, например, когда вы обижаете другого только потому, что вас кто-то обидел. Чувства могут быть слабыми, умеренными или сильными. Например, вы можете огорчиться, рассердиться или прийти в ярость.

#### *Упражнение 5. «Фрустрационный тест»*

Участники группы разбиваются на пары. В паре одному дается инструкция, какую фразу он должен произнести, чтобы вызвать у партнера ощущение препятствия или обвинения (на основе взрослого варианта теста Розенцвейга).

Например:

- Вот твоя тетрадь. Мне очень жаль, что мой братишка ее порвал.
- Мне очень жаль, что я испачкал твой костюм, хотя так старался объехать лужу.
- Это ужасно: ты разбила любимую вазу моей мамы.
- Извини, что мяч попал тебе в голову, хотя я так старался его поймать.
- Мария Сергеевна попросила тебя задержаться после уроков на 15 минут.

Тот, в свою очередь, должен выразить свою непосредственную реакцию невербальным способом. После этого члены группы пытаются озвучить, выразить словами смысл реакции.

#### *Упражнение 6. «Биологическое дыхание»*

С использованием активизации дыхания на вдохе: приподнимание бровей, опускание нижней челюсти, подъем шеи, вытягивание рук, дотрагивание до подключичных точек и стоп.

#### *Упражнение 7. «Рефлексия»*

В ходе обсуждения задаем следующие вопросы:

- Какие примеры чувств вы можете привести?
- В каких ситуациях могут возникать эти чувства?
- Какое поведение обычно вызывают эти чувства?
- Какие другие формы поведения возможны?

### *Упражнение 8. «Домашнее задание»*

1. Говорить что-нибудь хорошее друзьям или родственникам, делиться своими чувствами два раза в день. Например: «Мама, я тебя люблю», «Я благодарен тебе, спасибо за твою помощь».

2. Нарисовать рисунки: «самый грустный день моей жизни» и «самый счастливый день моей жизни».

### **Занятие 5. «А что там, внутри нас?»**

**Цель:** повышение рефлексии участников тренинга.

#### *Ход занятия*

*Упражнение 1. «Погонять хлопки по кругу».*

*Упражнение 2. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего задания: рисунки «Самый грустный день моей жизни» и «Самый счастливый день моей жизни».

*Упражнение 3. «Говорящие ладошки»*

Делим ребят на пары, просим взяться за руки и закрыть глаза. Просим их представить, что руки стали «говорящие». Надо только с помощью кистей: познакомиться друг с другом, затеять спор, поссориться, поругаться, помириться, попросить извинения друг у друга.

Обсуждения: какие ощущения вы испытывали в различных ситуациях, какие из них приятные, какие нет, почему?

*Упражнение 4. «Волшебный магазин»*

Просим представить, что ребята попали в волшебный магазин, где можно приобрести все, чего вам не хватает. Любые качества характера, любые духовные ценности: по принципу «бери что хочешь, но плати». Так как магазин необычный, то и платить придется своими качествами.

Организуется пространство: прилавок, склад, дверь; из участников выбирается «приказчик» – помощник ведущего, «рекламный агент», призывающий посетить магазин, и «очередь» из участников. Причем указываем на то, что время работы магазина ограничено, он может закрыться в любой момент. Приказчик приносит со склада качества, они продаются, как товар. Когда в магазине побывают все желающие, проводим обсуждение:

- Как сложно было расставаться со своими качествами?
- Почему необходимы те или иные качества?
- Кто как себя чувствовал в процессе игры?
- Почему кому-то трудно настаивать на покупке?

#### *Упражнение 5. «Закончи предложение»*

Раздаем всем участникам бланки, на которых нужно закончить предложения:

- «Счастливее всего я, когда ...»;
- «Хуже всего мне, когда ...»;
- «Не могу понять, почему я ...»;
- «Моя жизнь была бы лучше, если бы я ...»;
- «Главное, что я хотел бы в себе изменить – это ...».

Через 5–10 минут собираем бланки. Результаты в группе обсуждаются и используются в индивидуальном консультировании.

#### *Упражнение 6. «Рефлексия»*

Обсуждение трудностей, возникших в ходе выполнения упражнений.

#### *Упражнение 7. «Домашнее задание»*

Составить два рассказа о ситуациях, в которых чувствовали бы злость, огорчение или раздражение по принципу «Я» – высказываний.

### **Занятие 6. «Преодолей себя»**

**Цели:** осознание собственных агрессивных тенденций и трансформация их в социально приемлемую активность.

## *Ход занятия*

### *Упражнение 1. «Качели»*

Предлагаем участникам «покачаться» на спинах друг друга.

### *Упражнение 2. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего задания.

### *Упражнение 3. «Придержи меня»*

Работа в парах: «только поддерживая друг друга, можно достичь успеха».

Из исходного положения, сидя на корточках, захватив друг друга за локти, упираясь спинами, попытаться встать.

### *Упражнение 4. «Да и нет»*

– передвигаясь по комнате в режиме «броуновского» движения, сказать с максимальной экспрессией каждому встречному «да», потом «нет»;

– придумать телесную метафору слова «нет».

### *Упражнение 5. «Агрессивное поведение» (в форме беседы)*

Прояснение отношения каждого участника группы к проблеме агрессивного поведения:

– В какой форме (конструктивной или деструктивной) чаще проявляется ваша агрессивная энергия?

– Как вы поступаете с ней: даете ход или сдерживаете?

– Как вы относитесь к ней: боитесь или получаете удовольствие?

В ходе обсуждения ведущий может рассказать «Притчу о Змее»:

«Жила-была невероятно свирепая, ядовитая, злобная Змея. Однажды она повстречала мудреца и, поразившись его доброте, утратила свою злобность. Но как только люди узнали, что Змея не опасна, они стали бросать в нее камни, таскать ее за хвост и издеваться. Мудрец, выслушав жалобы Змеи сказал: «Дорогая, я просил, чтобы ты перестала причинять людям боль и страдания, но я не говорил, чтобы ты никогда не шипела и не отпугивала их».

### *Упражнение 6. «Рефлексия»*

Обсуждение трудностей, возникших в ходе выполнения предыдущих упражнений.

### *Упражнение 7. «Домашнее задание»*

Описать ситуации, которые могут возникать в результате проявления агрессивного поведения.

## **Занятие 7. «Преодоление барьеров внутри себя»**

**Цели:** дифференциация приемлемых и неприемлемых способов выражения агрессии, обучение новым приемам разрядки агрессивности.

### *Ход занятия*

#### *Упражнение 1. «Уступить – не значит проиграть»*

В парах, стоя напротив, пытаться столкнуть друг друга с места.

#### *Упражнение 2. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего задания: ситуаций, которые могут возникнуть в результате агрессивного поведения.

#### *Упражнение 3. «Мой гнев»*

Предложить нарисовать «свой гнев».

#### *Упражнение 4. «Почему я сердит»*

По кругу предложить завершить предложение: «Сегодня я сердит, потому что ...» с целью помочь увидеть, что причиной этого часто является страх и обида.

Предложить сформулировать высказывания, которые помогут справиться с гневом.

#### *Упражнение 5. «Почему я не умею сочувствовать»*

Работа в парах, участники по очереди проговаривают друг другу свои мысли.

### *Упражнение 6. «Моя энергия»*

Работа с энергией верхнего плечевого пояса (по Лоуэну А.). Она состоит из трех этапов:

– «Закипание» энергии. Участники лежат на ковре, на спине, ноги согнуты в коленях. Руководитель просит отводить руки за голову и с силой ударять о пол так, чтобы «ладошки прилипали к полу».

– «Проведение энергии». Ситтер (помощник) просит сопротивляться ему руками, продолжая оставаться в исходном положении на полу, до тех пор, пока у участников будут силы сопротивляться.

– «Отдых». По времени отдых составляет  $\frac{1}{2}$  времени выполнения упражнения.

### *Упражнение 7. «Релаксация»*

Использование медитативных техник, направленных на обретение спокойствия, уверенности в себе, внутренней целостности.

### *Упражнение 8. «Рефлексия»*

Обсуждение трудностей, возникших в ходе выполнения упражнений.

### *Упражнение 9. «Домашнее задание».*

– выполнять упражнения аутотренинга один раз в день;  
– применять другие приемлемые способы, чтобы справляться с чувством гнева.

## **Занятие 8. «Поговорим рисунками»**

**Цели:** формирование чувства уверенности, повышение самооценки.

### *Ход занятия*

#### *Упражнение 1*

Сказать вслух с экспрессией: «Я лучше всех!», «Ненавижу ...!», «Ты – хороший!».

*Упражнение 2. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего задания.

*Упражнение 3. «Король»*

Самому застенчивому участнику предлагается стать на стул и быть королем, остальные участники играют услужливых слуг.

*Упражнение 4. «Строй»*

Пройти через «строй» участников группы и сказать каждому, глядя в глаза: «Я лучше всех!».

*Упражнение 5. «Ужасный и прекрасный рисунок»*

Выполнение техники «прекрасный/ужасный рисунок». Одному из участников группы предлагается нарисовать «прекрасный рисунок». Затем рисунок передается по кругу слева сидящему, и он переделывает рисунок в «ужасный». Затем рисунки снова передаются слева сидящим, и они переделывают «ужасные» рисунки в «прекрасные». Рисунки передаются по кругу до тех пор, пока «родной» рисунок не вернется к хозяину и у него появится возможность восстановить свой «прекрасный» рисунок.

*Упражнение 6. «Рефлексия»*

Обсуждение трудностей, возникших в ходе выполнения упражнений.

*Упражнение 7. «Домашнее задание»*

Написать «Рекламное объявление для приема на работу».

**Занятие 9. «Движение к цели самопознания»**

**Цели:** осознание собственной уникальности, получение подтверждения принятия группой сверстников.

## *Ход занятия*

*Упражнение 1. «Падение в круге».*

*Упражнение 2. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего занятия.

*Упражнение 3. «Психотерапевтические антонимы»*

Предлагаем назвать любое свое качество (лень, нетерпимость и тому подобное), от которого хотелось бы избавиться. Другие участники пытаются найти положительные стороны этого качества.

*Упражнение 4. «Социометрия»*

Членам группы предлагается ответить на следующие вопросы:

- Кого бы вы хотели выбрать вашим старостой?
- Кого бы вы позвали на свой день рождения?
- С кем бы вы пошли в многодневный поход?

Предлагаем быть искренними и свободными в своем выборе.

*Упражнение 5. «Здесь о вас была такая молва»*

Каждый участник по очереди усаживается на стул, спиной ко всем. Другие участники подходят к нему, кладут руку на плечо и выражают ему свое отношение к нему: «Мне нравится в тебе ...», «Я хочу тебе пожелать ...».

*Упражнение 6. «Мир, в котором меня понимают»*

Предлагаем нарисовать групповой рисунок.

*Упражнение 7. «Рефлексия»*

Обсуждение трудностей, возникших в ходе выполнения упражнений.

*Упражнение 8. «Домашнее задание»*

Описать ситуации:

– «Счастье человечества». Инструкция: «Ты ученый. Что бы ты хотел изобрести для людей?»



## **Занятие 10. «Завершение групповой работы»**

**Цель:** завершение групповой работы (обобщение опыта, обретение независимости, постановка личностных целей и определение путей их достижения).

### *Ход занятия*

#### *Упражнение 1. «Помычать в круге»*

Предлагаем всем стать в круг, плечом друг к другу и помычать звук «х-м» в центр круга. Постараться услышать «звук группы», услышать себя в этом звуке, слиться с ним.

#### *Упражнение 2. «С чем пришли?»*

Обсуждение домашнего задания: ситуации «Счастье человечества».

#### *Упражнение 3. «Расслабимся?»*

Медитативные упражнения с целью обретения свободы, силы и независимости.

#### *Упражнение 4. «Проекция»*

Встать перед зеркалом и сказать: «Чего я хочу достичь...».

#### *Упражнение 5. «Групповая поэма»*

Раздаем подросткам по листку бумаги и фломастеру. Просим их написать свои инициалы в правом верхнем углу. Каждый подросток пишет короткую строчку, с которой будет начинаться поэма. Дальше он передает свой листок соседу слева, и тот дописывает свою строчку, продолжающую поэму. После того, как каждый напишет по одной строчке на всех листах, законченная поэма возвращается автору первой строки.

#### *Упражнение 6. «Передай меня по кругу»*

Написание открыток с благодарностями. Каждый подросток складывает лист бумаги пополам, как поздравительную открытку, кладет на внешнюю

сторону открытки свою ладонь, обводит ее карандашом и пишет внутри свое имя. Далее подросток передает свою открытку соседу слева, который должен написать что-нибудь внутри. Открытки передаются до тех пор, пока каждый не напишет по предложению остальным.

### *Упражнение 7. «Рефлексия»*

Обсуждение групповой работы в целом:

- Что является самым важным из того, чему вы научились в группе?
- Что вы узнали о себе?
- Чем вы станете гордиться?
- Как вы станете использовать то, чему научились в группе?

## РЕКОМЕНДАЦИИ «КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА С ДЕСТРУКТИВНО-АГРЕССИВНЫМИ ОБУЧАЮЩИМИСЯ»

1. Дайте понять подросткам, что вы находитесь вместе с ними и вам неприятно агрессивное поведение.

2. Попробуйте определить, является ли агрессивность внутренним состоянием подростка, или она вызвана внешним фактором (вашим поведением, поведением другого человека или какими-то событиями). Важно отвлечь агрессивного подростка или помочь ему разрядить агрессивные эмоции доступными способами, например, через игры или специальные упражнения.

3. Поскольку злость – нормальная и необходимая каждому человеку эмоция, научите подростков выражать свои чувства приемлемыми способами (как невербально, так и вербально). Своим примером показывайте способы адекватного реагирования.

4. Используйте агрессию, возникшую в результате конфликта в группе, для первого шага к пониманию ее причины. Предложите подросткам исследовать свои эмоции и попытаться понять, что их вызвало.

5. Используйте любой конфликт как сценарий, раздав подросткам роли, проигрывая его и придумывая различные варианты позитивного решения.

6. Постарайтесь принять подростков с самого начала такими, какие они есть, со всей их агрессией. Помните, что больше всего они нуждаются во внимании, любви и заботе. Через взаимопомощь и взаимопонимание вы проявите светлые стороны подростка. Напротив, агрессия ведет только к изоляции или ответной агрессии.

Очень выгодной с точки зрения работы с агрессивными подростками является арт-терапия. Это связано с такими ее достоинствами, как полное отсутствие дискриминации по какому бы то ни было признаку; возможность невербального общения, так как часто подростки из неблагополучных семей недостаточно хорошо владеют речью; возможность актуализации латентных

ролей и состояний, тех форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде либо слабо проявлены у подростка в повседневной жизни; возможность свободного самовыражения и самопознания и многое другое.

Эффективно организовать работу по снижению агрессивности и модификации поведения помогут игры и упражнения, целью которых является проявление, переживание и отыгрывание агрессии. Вообще говоря, такие игры должны содержать в себе элементы моделирования, конструирования, трансформации.

Для подобных игр вам понадобятся следующие **материалы**: краски, кисточки, карандаши, фломастеры, мелки, клей, ножницы, газеты и журналы (для коллажей), магнитофон, различные аудиозаписи, музыкальные инструменты, костюмы (элементы костюмов), краски для тела или грим, парики, зеркало и др. Хотелось бы к классическому арт-набору добавить некоторые материалы, которые представляют особый интерес с точки зрения работы с агрессивными подростками.

### **Проволока**

**Свойства:** жесткая, гнется, наматывается, пружинит.

Это один из самых любимых материалов агрессивных подростков. Проволока отражает их состояние: жесткости, сжатой пружины, опасности. Сгибая и разгибая проволоку, подростки управляют своим внутренним стальным стержнем. Трансформируя проволоку и создавая из нее различные скульптуры, они изменяются сами. Скульптура перестает быть опасным куском проволоки или сжатой пружиной, готовой выстрелить в любую минуту. Скульптурой любуются, ее фотографируют, ею хотят украсить помещение или подарить кому-нибудь. Возможно, работая с этим материалом, они выходят из-за «колючей проволоки»?

### **Глина, соленое тесто, пластилин**

**Свойства:** пластичность, гибкость, мягкость, возможность трансформации.

Из этих трех материалов лучшим, конечно, является глина. Вообще, создание чего-то цельного, крепкого из мягкой «грязи», как говорят подростки, является сильной метафорой укрепления «Я», избавления от «лишнего», закаливания. То, что было «грязью», превращается в кувшин, маску, кружку, скульптуру и т.п.

Кроме того, на этапе лепки глину можно рвать, кромсать, резать, ломать изделия, а потом все начинать сначала, создавая желаемый образ. Глина помогает утилизировать злость, гнев, негативизм и другие агрессивные чувства.

### **Воздушные шары**

*Свойства:* легкость, объемность, тягучесть.

Шары хороши своей многофункциональностью. Во-первых, они актуализируют внутреннего ребенка в каждом подростке, возрождая ощущения праздника, волшебства. Во-вторых, есть очень много игр с шарами на снятие напряжения, в-третьих, воздушные шары в надутом состоянии замечательный строительный материал, который с помощью широкого скотча превращается и в замок, и в корабль, и в монстра. Особо хочется сказать о способности воздушных шаров громко лопаться. Это действие очень способствует снижению агрессивности (попробуйте надуть и сделать так, чтобы лопнули 10 шаров подряд, и поймете!). Можно, конечно, давить ногой металлические банки от колы, сдавливать руками надутые бумажные мешки, бить стекла палкой и т.п., но шары как-то безопаснее.

### **Одноразовая посуда, пустые пластиковые бутылки**

*Свойства:* объемность, ломкость, разнообразность форматов, возможность наполнения, звучание.

Этот материал может использоваться как строительный при создании индивидуальных и групповых инсталляций, скульптур и др. Посуду можно облеплять пластилином и расписывать красками, заполнять содержанием, из бумажных тарелок делать маски и многое другое. Кроме этого, из одноразовой посуды получаются интересные костюмы. Из пустых пластиковых бутылок можно создать замечательные музыкальные инструменты, наполняя их различным содержимым, а также скульптуры.

## **Старые журналы, газеты и плакаты**

**Свойства:** объемность, красочность или бесцветность, горючесть, наличие готовых образов, метафор, букв и слов; кроме того, их можно рвать.

Журналы и газеты – первые помощники при работе с агрессивными подростками. Самое простое упражнение – рвать газеты и журналы всеми возможными способами (руками, зубами, ногами и др.). Незаменимы они при работе с подростками, которые имеют низкий рефлексивный уровень, которым сложно понять себя и разобраться со своими состояниями и чувствами. Из журналов и газет можно взять все то, что сложно выразить словами, то, что так хорошо иллюстрирует состояние агрессивного подростка. Затем вырезать и скомпоновать под поставленную психологом задачу. Подростки очень любят коллажи. Коллаж, как ничто другое, отражает их внутреннюю задачу: разрушить до основания конструкты взрослых и построить что-то новое, свое, отличающееся от реальности.

Из газет и журналов легко конструируются костюмы, строятся объекты и скульптуры. Рваные газеты могут стать основой папье-маше, из которого затем будет лепиться маска или любой другой объект.

## **Ткани**

**Свойства:** пластичность, прочность (тонкость).

Ткань может быть использована самая разнообразная: от обрезков до старых штор. С помощью ткани легко организовать пространство, разделив кабинет на зоны. Из ткани можно изготовить различные костюмы. Ткань можно рвать, резать и затем работать с лоскутами (вязка из лоскутов, лоскутные одеяла и пр.). Ткань широко используется при изготовлении кукол-марионеток, служит декорацией.

Агрессивным подросткам особенно нравятся игры с лоскутами, «художественное разрывание» или «художественное разрезание» ткани. Но наибольший интерес представляют игры-манипуляции под тканью, позволяющие почувствовать как свои, так и чужие границы, а также позволяющие пережить депривацию и научиться справляться с ней.

## **Грим или краски для лица**

**Свойства:** яркость, большая палитра цветов, легкость нанесения и удаления.

Грим позволяет усилить эмоциональное состояние злости или гнева через гримирование лица, через создание на лице маски злости, гнева, обиды, раздражения и последующего проигрывания. Таким образом, проигрываются и другие состояния, противоположные агрессивным. Зеркало поможет увидеть изменения, эффект снятия агрессивных состояний. При работе в парах можно с помощью грима отразить на лице партнера его наиболее часто переживаемые эмоции, что помогает подростку осознать, каким видят его другие в моменты гнева и злости или в минуты радости.

Сам процесс смывания с лица маски злости является отличной метафорой удаления излишней агрессивности. В такие моменты с подростком необходимо проводить обсуждение, например: «Что ты чувствуешь, когда количество красной и черной краски на твоём лице уменьшается?», «Как меняется твоё состояние, настроение?», «Что в такой момент хочется сделать более всего?».

Использование этих материалов в вашей работе поможет организовать для агрессивных подростков занятия, которые не только научат их конструктивному поведению, но и откроют в них творцов и созидателей.

### **На занятиях можно использовать следующие игры:**

#### **1. Громко и тихо** (модификация упражнения К. Фопеля)

**Материалы:** карандаши или мелки, бумага, магнитофон, записи спокойных (тихих) и громких, энергичных музыкальных фрагментов.

Подросткам предлагается прослушать спокойные музыкальные фрагменты, а затем представить и изобразить на листе бумаги с помощью карандашей несколько вещей, относящихся к понятию «спокойный, тихий». Затем все слушают фрагменты с громкой, беспокойной музыкой. Надо представить, к каким вещам, к каким событиям могут иметь отношение эти звуки. Нарисовать несколько ассоциаций.

*Обсуждение:*

- Когда и где ты бываешь спокойным, тихим?
- Когда и где ты бываешь беспокойным, громким, агрессивным?
- Что должно произойти, чтобы одно состояние поменялось на другое?
- Какие чувства вызывали у тебя спокойные музыкальные фрагменты, а какие – громкие, беспокойные?
- Какая музыка может успокоить тебя, какая вызвать агрессию и напряжение?
- Сравните две ваши работы. Что в них общего? Чем они отличаются?

## **2. Отношение к миру**

**Материалы:** бумага, фломастеры или карандаши.

Подростки делятся на пары и садятся за стол друг напротив друга. На столе между ними лежат два листа бумаги и карандаши.

Ведущий рассказывает о том, что существует такое правило: «Мир относится к тебе так, как ты относишься к миру». Предлагается подумать о своих состояниях, чувствах, эмоциях: «Мы бываем спокойны, а бываем беспокойны, тревожны; бываем добры и приветливы, а иногда злы и агрессивны; бываем внимательны друг к другу, а иногда ведем себя разрушительно и оскорбительно. Остановитесь на одном из состояний, которое особенно актуально для вас. Подумайте о нем, прочувствуйте его».

Теперь один из пары (кто начинает первым, решает ведущий) с помощью карандашей выражает свое состояние на бумаге. Задача второго – прочувствовать состояние партнера и отреагировать на него с помощью карандашей на том же листе бумаги (5 минут). Затем участники меняются ролями и берут второй, чистый лист. Теперь свое актуализированное состояние начинает рисовать другой участник, а его партнер, используя карандаши, отражает его (5 минут).

*Обсуждение:*

- Когда вы размышляли о своих состояниях, что пришло вам в голову?
- Какое состояние вы рисовали на бумаге и как на него реагировал ваш партнер?



– Какие цвета, формы и символы вы использовали для передачи своего состояния?

– Давайте постараемся понять, почему на разные состояния мы реагировали так, а не иначе.

– Если меняется наше состояние, как изменяется мир вокруг нас?

### 3. Пара противоположностей

**Материалы:** музыкальные инструменты; запись музыкальных фрагментов, противоположных по тональности; магнитофон; ватман (на каждого участника); журналы; ножницы; клей; изобразительные материалы (карандаши, фломастеры, мелки и т.п.); плотная хлопчатобумажная нить типа «ирис» или бечевка.

**Ведущий.** *Весь мир состоит из противоположностей – черное и белое; день и ночь; добро и зло... В каждом из нас тоже достаточно противоположностей. Давайте остановимся на паре «агрессивный – доброжелательный». Перед вами листы ватмана. Возьмите каждый по листу. Помогая друг другу, приложите лист к стене и обведите свой силуэт (от шеи вниз). Переверните ватман и продублируйте свой силуэт с другой стороны. Одна сторона ватмана – это «Я агрессивный», другая – «Я доброжелательный». Используя журналы (коллаж) и изобразительные материалы, заполните ваш силуэт содержанием так, чтобы как можно полнее выразить эти противоположности в себе.*

Для того чтобы готовую работу можно было примерить на себя как часть костюма, отрежьте необходимую длину нити (тонкой веревки) и прикрепите ее в верхней части силуэта. Теперь при желании вы можете оказаться в костюме доброжелательности или агрессивности, стоит только перевернуть силуэт.

Надев «костюм» на себя, подойдите к музыкальным инструментам, выберите те из них, с помощью которых можно выразить одну и другую противоположности. Так же можно использовать подготовленные музыкальные фрагменты.

*Походите в «костюме» одной и другой своей стороны и попробуйте двигаться, как двигаются доброжелательные люди. А теперь – как агрессивные. Какие движения совершают руки, ноги, что меняется в лице, походке?*

Затем проходит презентация противоположностей: каждый подросток, примеряя одну из сторон, рассказывает о том, чем он заполнил силуэт, почему использовал те или иные цвета и символы; озвучивает противоположности музыкальными инструментами и демонстрирует характерные движения или рассказывает о них. Ведущий помогает, задавая уточняющие вопросы.

*Обсуждение:*

- Что было самым сложным в этой работе?
- Для чего миру так необходимы противоположности и что они дают нам?
- Что происходит с человеком, если в нем есть только одна сторона, если он только доброжелательный или только агрессивный?
- Есть ли цвета или символы, объединяющие обе стороны?
- Как агрессивному научиться быть доброжелательным и наоборот?

#### **4. Самоценность**

**Материалы:** бумага, карандаши, стулья.

*Ведущий.* Каждый из нас представляет собой ценность. Мы отличаемся друг от друга своей индивидуальностью, личными достижениями, целями и многим другим. О своей ценности мы узнаем от других людей. Сейчас надо будет взять лист бумаги и в центре нарисовать круг, в котором написать букву «Я».

Теперь вокруг этой буквы ты можешь нарисовать столько кружочков, сколько захочешь, а в них написать имена тех людей, которые говорили тебе о твоей индивидуальности и ценности. От каждого кружочка к своему «Я» проведи стрелки. Используй для этого разные цвета, чтобы передать свои чувства.

А теперь вспомни, пожалуйста, что тебе говорили все эти люди, и кратко напиши рядом со стрелками, направленными от них.

*У тебя получилась карта самооценности. Давай оживим ее. Я помогу тебе. Ты сядешь на стул, который будет стоять в центре класса. Вокруг мы поставим стулья так, как нарисованы кружочки на твоей карте. Я по очереди буду садиться на эти стулья, озвучивать написанное тобой имя и говорить фразу, идущую к тебе от этого человека. Слушай внимательно. Твоя задача – ощутить свою ценность.*

*Обсуждение:*

– Что такое самооценność?

– Какими цветами ты обозначил стрелки, идущие от других к тебе, и почему?

– Опиши свои чувства, когда ты сидел на стуле и слушал, что говорили о твоей ценности разные люди.

Данное упражнение можно провести в группе. Тогда подросток может выбрать из группы тех, кто сыграет значимых людей, и будет говорить о его ценности.

## **РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ТРЕНИНГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО РАЗВИТИЮ НАВЫКОВ ОБЩЕНИЯ И ПОЗИТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ К СЕБЕ**

### **Блок 1. Снятие состояния эмоционального дискомфорта. Развитие эмоций**

*Задачи.* Снизить эмоциональное напряжение, создать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого, развить способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить свое, обучить приемам ауторелаксации.

### **Блок 2. Коррекция тревожности. Формирование социального доверия**

*Задачи.* Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов, уменьшить тревожность, воспитать уверенность в себе, снизить эмоциональное напряжение.

### **Блок 3. Гармонизация противоречивости личности. Формирование адекватной самооценки у подростков**

*Задачи.* Корректировать поведение с помощью ролевых игр, учить распознавать эмоции по внешним сигналам, формировать моральные представления, снять эмоциональное напряжение.

### **Блок 4. Снижение враждебности во взаимоотношениях со сверстниками. Развитие навыков общения**

*Задачи.* Корректировать поведение с помощью ролевых игр, формировать адекватные формы поведения, учить осознавать свое поведение, регулировать поведение в коллективе.

Структура группового занятия включает следующие элементы: ритуал приветствия, разминка, основное содержание (2–3 упражнения), рефлексия (в рисунках), ритуал прощания.

## **Структура занятия**

1. Ритуал приветствия. Позволяет сплочивать подростков, создавать атмосферу группового доверия и принятия. Ритуал может быть придуман самой группой.

2. Разминка – воздействие на эмоциональное состояние подростков, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать подростков, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.

3. Основное содержание занятия – совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия. Приоритет отдается многофункциональным техникам, направленным одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике. Упражнения располагаются в порядке от сложного к простому (с учетом утомления детей). Количество игр и упражнений 2–4.

4. Рефлексия занятия – оценка занятия. Арт-терапия, беседы. Две оценки: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).

5. Ритуал прощания. По аналогии с ритуалом приветствия.

## **Принципы проведения**

Специфичность обстановки. Занятия проводятся в комнате, где достаточно места для передвижения, для рисования. Выбор и инициатива принадлежат подросткам. Ограничения их активности минимальны: не покидать пределы комнаты до конца занятий и не выносить из нее предметы.

**Оборудование:** магнитофон, аудиокассеты, методические материалы для игр и упражнения (рисунки, фотографии, схемы и др.), видеоманитофон, видеокассеты, реквизит для игр и этюдов, бумага разных форматов, небольшие сувениры для поощрений, наградений.

## **Блок 1. Снятие состояния**

### **эмоционального дискомфорта. Развитие социальных эмоций**

#### **Занятие 1. «Знакомство»**

##### ***Приветствие ведущего.***

##### ***Игра «Эхо»***

Участники группы по очереди произносят свои имена, сопровождая их определенным движением рук, характерным для себя жестом. Затем группа хором называет его имя и повторяют его жест.

##### ***Игра «Мое имя»***

*Цели:* идентификация себя со своим именем, формирование позитивного отношения к своему «Я».

Ведущий задает вопросы; подростки по кругу отвечают:

– Тебе нравится твое имя?

– Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как?

При затруднении в ответах ведущий называет ласкательные производные от имени ребенка, а тот выбирает наиболее ему понравившееся.

##### ***Игра «Угадай, кого не стало?»***

*Цели:* развитие внимания, наблюдательности, принятие детьми друг друга.

Подростки должны догадаться, кто вышел из комнаты, и описать его.

##### ***Игра «Голос тебе знаком?»***

*Цели:* развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.

Подростки встают в ряд («друг другу в затылок»), впереди стоит один водящий, каждый подходит и что-либо говорит, а водящий должен распознать его по голосу.

### ***Рисование автопортрета.***

#### ***Расслабление.***

Участники занимают удобное положение, удобную позу.

Ведущий говорит: «Устраивайтесь поудобней, расслабьтесь, закройте глаза и послушайте, что происходит вокруг и внутри вас.

Произнесите свое имя сначала так, как вас зовут сейчас, а потом так, как вас будут звать, когда вы вырастете. Почувствуйте, какие у вас красивые имена, они только ваши».

По окончании упражнения подростки встают в круг, держатся за руки, каждый говорит соседу «до свидания», назвав его «взрослым» именем.

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне было .....», вырази чувство.

## **Занятие 2. «Имя»**

### ***Приветствие.***

*Цели:* напомнить имена участников, настроить на рабочий лад.

### ***Игра «Мяч»***

Все участники становятся в круг. Ведущий бросает мяч одному из участников, при этом он называет свое имя и имя того, кому адресован мячик. Игра продолжается до тех пор, пока подростки не вспомнят все имена и, не переспрашивая, будут быстро передавать мяч.

### ***Беседа***

*Цели:* раскрытие своего «Я», разгадывание характеров с опорой на художественное изображение.

Участники хаотично раскладывают свои автопортреты, выполненные на прошлом занятии. Ведущий предлагает детям сказать что-нибудь хорошее о каждом из рисунков. Если подростки испытывают затруднения или высказывают негативную оценку, ведущий помогает исправить положение.

### ***Игра «Связующая нить»***

*Цель:* формирование чувства близости с другими людьми.

Участники, сидя в кругу, передают клубок ниток. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что тот, кто держит клубок, чувствует, что хочет для себя и что может пожелать другим. При затруднении психолог помогает подростку – бросает клубок ему еще раз. Этот прием диагностичен: можно увидеть подростков, испытывающих трудности в общении, – у ведущего с ними будут двойные, тройные связи. Когда клубок вернется к ведущему, нить должна быть размотана и находиться у каждого подростка в руке, то есть имитация единого целого, каждый важен и значим в этом целом.

### ***Игра «Прогулка»***

*Цель:* двигательная и эмоциональная разминка.

*Ведущий.* Представьте себе, что мы находимся в лесу. У нас нет палаток, конечно же нет зонтов, а гроза надвигается. Мы видим, что недалеко от нас пещера. Мы все дружно бежим туда, прибежали вовремя, началась гроза. Гроза прошла очень быстро, перестал идти дождь. Все мы вышли и увидели просто чудо, перед нами появилось огромное искусственное озеро, ведь мы не заметили, что среди камней имеется „корыто для воды”. Давайте поплескаемся!

В игре используется народная музыка в эстрадной обработке, поп-музыка. Желательно хиты (учесть интерес подростков).

### ***Рисование самого себя***

*Цель:* раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию.

Психолог предлагает подросткам нарисовать самого себя в трех зеркалах:

- в зеленом – такими, какими они представляются себе сами;
- в голубом – такими, какими они хотят быть;
- в красном – такими, какими их видят друзья.

### ***Игра «Пойми меня и передай»***

*Цели:* достижение взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние.



Подростки встают в круг и, смотря друг другу в глаза, мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку. Начинает ведущий, все происходит по принципу телеигры «Пойми меня».

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне было .....», вырази чувство.

### **Занятие 3. «Настроение»**

#### ***Приветствие.***

#### ***Этюд «Бархатные ручки»***

*Цели:* снятие психоэмоционального напряжения, развитие способности понимать свое эмоциональное состояние и умения его выразить.

Участники сидят по кругу. Ведущий говорит: «Посмотрите на свои руки, потрите ладошку о ладошку. Закройте глаза. Представьте себе, что ваши руки стали мягкими, пушистыми, бархатными. Погладьте себя по лицу, по щекам, потрите свои уши ладошками, погладьте плечи, живот, колени. Ваши ручки очень мягкие, они любят вас. Поцелуйте закрытыми глазами свои ладошки. Улыбнитесь им.».

#### ***Беседа***

Ведущий говорит с подростками об изменении их настроения и самочувствия во время выполнения этюда, объясняет им, почему у них изменилось настроение.

#### ***Рисование на тему «Мое настроение»***

*Цели:* осознание своего эмоционального состояния, умение адекватно его выразить.

Ведущий приготавливает заранее мокрые альбомные листы и краски. После выполнения рисунков участники рассказывают, какое настроение они изобразили.

### ***Упражнение «Тренируем эмоции»***

*Цель:* развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим.

Ведущий предлагает подросткам:

а) нахмуриться как:

- осенняя туча;
- рассерженный человек;

б) позлиться, как:

- два барана на мосту;
- при ссоре с другом;

в) испугаться, как:

- в милиции;
- птенец, упавший из гнезда;
- при встрече со злой собакой;

г) улыбнуться, как:

- кот на солнышке;
- само солнце;
- будто ты увидел чудо.

### ***Игра «Передай улыбку другому»***

*Цель:* ауторелаксация.

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне было .....», вырази чувство.

## **Блок 2. Коррекция тревожности. Формирование социального доверия**

### **Занятие 4. «Настроение» (продолжение)**

***Приветствие ведущего.***

### ***Игра «Ассоциации»***

Ведущий называет какую-либо эмоцию или чувство, участники по кругу называют ассоциации, вызванные этой эмоцией или чувством.

### ***Беседа***

*Цели:* помощь в преодолении негативных переживаний, учить самостоятельно принимать решения, уменьшение тревожности.

Дети по кругу предлагают способы, как можно повысить настроение.

Например: сделать доброе дело, поговорить с другом, поиграть с домашними животными, посмотреть любимый кинофильм, нарисовать картину, улыбнуться себе в зеркало, подарить улыбку другу.

### ***Игра «На что похоже настроение?»***

*Цели:* эмоциональное осознание своего самочувствия, развитие симпатии.

Участники игры по кругу при помощи сравнения говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их настроение.

### ***Беседа по теме «Самый добрый рассказ»***

Развивать понимание эмоционального состояния и поступков другого человека, умения выразить свое.

Подростки по очереди рассказывают ситуацию из понравившейся повести, рассказа одновременно изображая действия персонажей.

### ***Рисование самого запомнившегося эпизода рассказа***

*Цели:* рефлексия с опорой на художественное изображение.

Под звучание спокойной мелодии участники рисуют, затем обсуждают рисунки. Каждый рассказывает, почему он изобразил именно этот эпизод, какие чувства при этом испытал.

### ***Игра «Настроение и походка»***

*Цели:* снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снятие мышечных зажимов.

Ведущий показывает движения и просит изобразить настроение.

Например: встреча с близким другом, которого давно не видел (обнимем его, поцелуем, приподнимем и т.п.).

### ***Игра «Передай настроение»***

Участники встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза, передают мимикой свое настроение.

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне было .....», вырази чувство.

## **Занятие 5. «Наши страхи»**

### ***Приветствие.***

### ***Сценка по к/ф «Пятница, 13»***

*Цели:* развитие умения выражать различные эмоциональные состояния, имитация преувеличенного чувства страха.

Ведущий предлагает подросткам изобразить сценки ужаса, используя при этом выразительные движения: задрожать от страха, спрятаться, убежать и т.д. По окончании инсценировок ведущий просит объяснить пословицу «У страха глаза велики».

### ***Упражнение «Расскажи свои страхи»***

*Цели:* выявление реальных страхов подростков, развитие умения говорить о своих негативных переживаниях открыто в кругу сверстников, формирование социального доверия.

Начинает рассказывать о своих страхах взрослый: «Когда я был таким как вы, то ...». Затем задает вопрос: «А у вас такое бывало?».

«А кто еще боится чего-то? Расскажите!». Подростки по желанию рассказывают о ситуациях, когда им было страшно. Ведущий каждый раз просит поднимать руки тех, у кого было что-то похожее. Ведущий должен следить, чтобы сюжеты рассказов не повторялись. Обговорить все возможные подростковые страхи.

### ***Рисование на тему «Нарисуй свой страх»***

*Цели:* снятие страхов, осознание своих страхов.

Звучит тихая музыка. Подростки рисуют свои страхи, выбирая материал сами. Затем ведущий просит подростков по желанию рассказать: что страшное он изобразил, предлагает оставить рисунки со страхами в кабинете у психолога на ночь, а дома подумать и на следующем занятии рассказать: появлялся ли страх опять, как можно с ним справиться.

### ***Комплекс «Музыкальная мозаика»***

*Цели:* ауторелаксация, развитие умения двигаться в такт музыкальным фрагментам разных темпов.

Звучит заранее подобранная музыка с переходящим ритмом. Например: вальс, рок-н-ролл, танго, джаз и т.д.

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне было .....», вырази чувство.

## **Занятие 6. «Я больше не боюсь»**

### ***Приветствие.***

### ***Этюд «Я смелый»***

*Цели:* преодоление негативных переживаний, воспитание уверенности в себе.

Подростки выбирают ведущего – он огромный их страх. Этот ведущий встает на стул и изображает, что он сейчас на участников нападет. Подростки отвечают: «Не боимся, не боимся!». Так повторяется 2–3 раза. От слов участников «их страх» уменьшается (ведущий спрыгивает со стула), превращается в букашку и ползает.

### ***Игра «Темная комната»***

*Цель:* снятие страха перед темнотой.

В комнате, где находятся подростки, по ошибке выключают свет на 3–5 минут. Психолог предлагает представить, что они попали в нору к кроту.

К нему в гости спешит гном с факелом. На роль гнома выбирается подросток, боящийся темноты (психолог узнает об этом из рисунков или из предварительной беседы с родителями). Он с помощью эмитированного факела помогает всем участникам дойти до освещенного места.

### ***Комплекс «На лесной поляне»***

*Цели:* снятие эмоционального напряжения, мышечных зажимов; ауторелаксация.

Ведущий предлагает участникам представить, что они попали на лесную поляну в гости к добродушным индейцам, а у них праздник. Звучит ритмичная музыка, участники танцевальными движениями изображают танец индейцев.

### ***Игра «Тень»***

*Цель:* развитие наблюдательности, памяти, внутренней свободы и раскованности.

Звучит фонограмма спокойной музыки. Участники разбиваются на пары. Один подросток – «путник», другой – его «тень». Последний старается точно скопировать движения «путника», который ходит по помещению и делает разные движения, неожиданные повороты, приседания, нагибается, скачет и т.д.

### ***Игра «Слепой и поводырь»***

*Цель:* развитие внимания друг к другу, социального доверия.

Участники могут оставаться в парах, но и могут поменяться. Один «слепой», другой – его «поводырь», который должен провести «слепого» через различные препятствия. Препятствия созданы заранее (шкафы, столы, стулья). У «слепого» завязаны глаза. Цель «поводыря» – провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. После прохождения участники меняются ролями, для повышения интереса можно менять маршрут.

### ***Обсуждение***

Ведущий с подростками обсуждает их самочувствие во время двух последних игр. Было ли им уютно в своих руках? Что хотелось сделать во время игры? Как изменить ситуацию? Какую роль было исполнять сложнее? Было ли страшно, если «нет», то почему?

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне был .....», вырази чувство.

## **Блок 3. Гармонизация противоречивости личности. Формирование адекватной самооценки**

### **Занятие 7. «Новичок»**

***Приветствие.***

***Игра «Молчун»***

*Цель:* коррекция поведения с помощью ролевых игр.

Ведущий рассказывает ситуацию из жизни кого-нибудь из класса данной школы. В класс пришел новичок, он молчун, робкий. Новичок привык к окружающим и осмелел во всем, он стал прыгать и даже запел. Во время рассказа один из участников исполняет роль Молчуна.

### ***Этюд «Три характера»***

*Цели:* дать моральную оценку злости, плаксивости, работа над мимикой и пантомимикой.

Участники слушают три музыкальных пьесы Д. Кабалевского: «Злюка», «Плакса», «Резвушка». Вместе с ведущим дают оценку поведения Злюки, Плаксы, Резвущки. Трое девочек изображают «три характера», все остальные догадываются по их мимике и пантомимике, кто из них кто.

### ***Рисование на тему «Три характера»***

*Цель:* рефлексия по предварительно проведенному этюду.

Ведущий знакомит подростков с пиктограммами, объясняя при этом, что при различных состояниях выражение лица будет разным. Просит изобразить Злюку, Плаксу, Резвущку.

### ***Игра «Скукота...»***

*Цели:* развитие раскованности, тренировка самоорганизации.

Вдоль противоположных стен комнаты расставлены стулья. Возле одной – по количеству детей, возле другой – на один стул меньше. Участники садятся на стулья вдоль стены. Ведущий говорит: «Скука–скука–скукота, пробежимся-ка туда» (показывает на противоположную стену со стульями). Как только ведущий заканчивает говорить, все участники бегут к противоположной стене и стараются занять стулья. Проигрывает тот, кто остался без стула. Продолжая игру, нужно убирать по одному стулу.

### ***Игра «Поймай хвост»***

*Цели:* снятие напряженности, невротических состояний; развитие сплоченности группы.

Звучит ритмичная музыка. Играющие становятся в линию, держась за плечи, «голова» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается. Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях. В конце игры каждый участник проговаривает, кем ему больше понравилось быть: головой или хвостом.

### ***Упражнение «Чего и тебе желаю»***

*Цели:* поднятие эмоционального фона, получение информации друг о друге.

Начинает ведущий, он первым бросает мячик любому участнику и говорит: «У меня лучше всего получается ... (например, общаться с людьми), чего и тебе желаю». Получивший мячик с пожеланием, бросает его любому другому участнику круга и произносит: «У меня лучше всего получается ..., чего и тебе желаю».

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне было ....., вырази чувство.



## **Занятие 8. «Ласка»**

### ***Разминка***

Упражнения на развитие мимических движений: поднять брови, опустить брови, нахмурить брови, сдвинуть и надуть губы, улыбнуться и т.д. Желательно, чтобы участники выполняли упражнения перед зеркалом.

### ***Мини-конкурс «Назови и покажи»***

*Цель:* определение эмоциональных состояний, выраженных при помощи мимики.

Участники сидят по кругу. Ведущий говорит: «Когда я грущу – я такой». Показывает мимикой свое состояние. Затем участники продолжают по кругу, каждый раз изображая отличное от уже названных эмоциональное состояние. Когда очередь доходит вновь до ведущего, он предлагает усложнить упражнение: один показывает – все угадывают, какое эмоциональное состояние они увидели.

### ***Этюд «Рысь! Брысь!»***

*Цель:* коррекция поведения с помощью ролевых игр.

Ведущий пересказывает рассказ В. Семерина «Страшный зверь».

«В комнате открылась дверь и вошла кошка. Глаза у кошки блестят, шерсть дыбом, даже страшно. Один крикнул: „Рысь!“, а другой, который похрабрее, крикнул: „Брысь!“». Участники показывают сценку согласно тексту.

### ***Рисование по приведенному этюду***

*Цель:* развитие умения передавать свое эмоциональное состояние через художественный образ.

Когда подростки закончили рисовать, ведущий предлагает им выбрать самый удачный рисунок или рассказать, чем ему понравился именно этот рисунок.

### ***Упражнение «Зайчик-хвостун»***

*Цель:* повышение самооценки.

Предложить участнику встать на стул или любую другую возвышенность и рассказать всем о любых трех своих положительных качествах. Можно предложить рассказать о своих достижениях или радостных событиях.

### ***Комплекс «Волшебный сон»***

*Цель:* саморасслабление.

Ведущий читает текст, заранее подготовленный (тип гипноза: нам хорошо, глаза тяжелые, руки слабые и т.д.). Текст читается медленно, тихим голосом, с длительными паузами, под спокойную, расслабляющую музыку.

### ***Ритуал завершения занятия***

«Аплодисменты» (по кругу друг другу).

## **Занятие 9. «Общая история»**

***Приветствие.***

***Сочиняем «Общую историю»***

*Цели:* помочь подросткам выразить свою индивидуальность; учить высказывать свои мысли; научить адекватным способам взаимодействия, взаимопонимания; развивать умение спокойно выслушивать собеседника.

Участники сидят по кругу. Первый участник говорит первое предложение, второй продолжает и т.д. В конце проводится обсуждение, понравилась ли детям эта история, что они чувствовали, говоря по кругу, что они делали, если хотелось поправить другого рассказывающего.

### ***Инсценировка «Общей истории»***

*Цели:* коррекция поведения, снятие эмоционального напряжения, работа над выразительностью движений, сплочение группы.

### ***Игра «Колдун»***

*Цель:* овладение неречевыми средствами общения.

Ведущий – «колдун», он заколдовывает одного из участников так, что тот не может говорить. Чтобы избавиться от колдовства, он должен объяснить, как это произошло. С помощью жестов и мимики показывает направление и предметы, размер и форму предметов, показывает настроение волшебника и свое состояние в момент колдовства. Участники «переводят» его рассказ.

### ***Коллективный рисунок по сочиненной «Общей истории»***

*Цель:* развитие ощущения свободы и творческой активности, умения удивляться, фантазировать, действовать сообща.

Ведущий готовит лист мокрой бумаги (можно использовать рулон обоев). На этом листе каждый участник рисует деталь сюжета придуманной и разыгранной истории, затем каждый отвечает на вопросы: что они ощущали в процессе коллективного рисования? Что больше запомнилось? Что вызвало большую радость?

### ***Игра «Иголка и нитка»***

*Цель:* развитие произвольности, коммуникативных и организаторских способностей.

Подростки выбирают водящего. Под ритмичную музыку он играет роль иглой, остальные участники – роль нитки (роль иглой нужно поручать застенчивым, зажатым, замкнутым).

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне было ………», вырази чувство.

## **Занятие 10. «Волшебный лес»**

### ***Приветствие.***

### ***Этюд «Звезда»***

*Цели:* научить передавать эмоциональное состояние героя, развивать способность понимать чувства другого.

Ведущий рассказывает ситуацию с мальчиком лет 5, который в луже ночью увидел звезду и хотел взять, но не смог. Тогда он решил, что заберет завтра. Прикрыв листочком, он ушел спать. А утром этой звезды не стало. То ли плакать мальчику, то ли смеяться?

Участники изображают эмоциональное поведение мальчика.

### ***Игра «Тропинка»***

*Цели:* активизация воображения и сопровождающих его положительных эмоций, формирование личности и развитие оптимистического чувственного фона.

Все участники выстраиваются в затылок и идут змейкой, по команде ведущего они переходят препятствия (текст заранее подготавливается и читается ровно с соответствующими интонациями).

### ***Рисование «Необычный лес»***

*Цель:* развитие воображения, умения передавать свое эмоциональное состояние через художественный образ.

Ведущий предлагает представить детям тот лес, по которому шли по тропинке и ответить: какое время года было, какая погода стояла в лесу, какое время суток, какое настроение было у каждого во время прогулки по лесу.

(Можно дать слово каждому ребенку и затем нарисовать индивидуальные картины, другой вариант – коллективное рисование.)

### ***Упражнение «Пять слов о тебе»***

*Цели:* повышение самооценки, самопознание; возможность сделать приятное другому человеку.

Участники разбиваются на подгруппы по 5 человек. Каждый обводит на листе бумаги свою ладошку. В середине пишет свое имя. Потом передает листок соседу справа, а сам получает ладошку соседа слева. На одном из пальчиков полученного рисунка пишется какое-либо положительное качество этого человека, например: «Ты чуткий и отзывчивый» и т.д. Ладони передаются по кругу, и каждый пишет свое мнение, пока ладошка не вернется к ее владельцу. В конце обсудить, какие чувства испытывали во время игры.

### ***Упражнение «Музыкальная мозаика»***

*Цели:* танцевальная психотерапия, тренировка психомоторной функции, самовыражение индивидуальности ребенка.

Ведущий предлагает участникам потанцевать. Причем каждый танцует, что хочет. Подросток должен сам выбрать себе образ.

### ***Ритуал завершения занятия***

«Аплодисменты» (по кругу друг другу).

## **Блок 4. Снятие враждебности во взаимоотношениях со сверстниками. Развитие навыков общения**

### **Занятие 11**

#### ***Приветствие.***

#### ***Игра «Встреча»***

*Цели:* коррекция негативных поведенческих реакций, формирование нового опыта взаимоотношений в процессе игры.

Психолог подбирает каждому участнику персонаж, который обладает противоположными личностными особенностями. Сюжет с персонажами может быть вымышлен. Каждому персонажу дается по пять «жизней», которых они лишаются, если изменят поведение своего героя. Подростки садятся в круг и открывают встречу этих героев. Тему для разговора они выбирают сами. После игры проходит обсуждение по вопросам и заданиям.

- Опишите свои ощущения в новой роли.
- Что мешало сохранять определенный стиль поведения?
- Сможете ли вы вести себя в реальной жизни так, как ваш герой?
- Каковы слабые и сильные стороны вашего героя?

#### ***Игра «Мальчик/девочка – наоборот»***

*Цели:* развитие произвольного контроля за своими действиями, снятие двигательной расторможенности, негативизма.

Подростки встают в круг. Ведущий показывает движения, свойственные для девочек, а девочки делают наоборот. Затем для мальчиков.

#### ***Этюд «Просто так»***

*Цели:* развитие социального доверия, воспитание новых способов общения, формирование адекватных форм поведения.

Участникам предлагается передать свое хорошее настроение всем присутствующим.

### ***Игра «Золотой гусь»***

Ведущий напоминает сюжет из сказки «Золотой гусь», где все встречающиеся персонажи приклеивались друг к другу.

Участники встают друг за другом и держатся за плечи впереди стоящего. В таком положении они преодолевают различные препятствия:

- подняться и сойти со стула;
- проползти под столами;
- обогнуть «широкое озеро» и т.д.

На протяжении всей игры дети стараются избежать отцепления от своего партнера.

### ***Этюд «Как здорово!»***

*Цели:* успокоение возбужденных подростков и их организация.

Та же вереница идет ровным шагом по «одной ровной досочке». Все улыбаются...

### ***Ритуал завершения занятия***

Рефлексия. Закончи предложение: «Сегодня на занятии мне было .....», вырази чувство.

## **Занятие 12. «Встреча с другом»**

### ***Приветствие.***

### ***Этюд «Встреча с другом»***

*Цель:* передача с помощью выразительных движений внутреннего состояния героев.

Участники с помощью объятий и улыбок показывают радость от встречи друг с другом.

### ***Этюд «Два друга»***

*Цели:* сопоставление различных черт характера, развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить свое, коррекция сферы подростка.

Ведущий читает стихотворение Т. Волиной «Два друга».

Участники оценивают поведение обоих ребят, распределяют роли. Ведущий снова читает стихотворение, а дети пантомимически его иллюстрируют.

### ***Рисунок «Мои друзья»***

*Цели:* выяснение взаимоотношений детей внутри группы; помощь при осознании себя и черт своего характера.

Ведущий предлагает нарисовать друг друга. Подростки могут нарисовать своих друзей как в виде людей, так и в виде животных, птиц, цветов и т.п.

После выполнения задания дети обсуждают рисунки и отвечают на вопросы: кто здесь нарисован? Почему нарисованы именно эти ребята? Почему они нарисованы именно в таком виде?

### ***«Проигрывание ситуаций»***

*Цель:* формирование адекватных форм поведения.

Ты участвовал в соревновании и занял первое место, а твой друг был почти последним. Он очень расстроился. Помоги ему успокоиться.

Твой друг попросил у тебя твою игрушку, а отдал ее сломанной.

Ты очень обидел своего друга. Попробуй помириться с ним.

### ***Игра «Окажи внимание другому»***

*Цели:* развитие умения выражать свое положительное отношение к другим людям, учить оказывать и принимать знаки внимания.

Дети становятся в круг и по очереди говорят что-нибудь приятное одному из участников игры. Знаками внимания могут отмечаться личностные качества, внешность, умения и т.п. В ответ подросток говорит: «Спасибо, я тоже думаю, что я ...».

### ***Комплекс «Музыкальная мозаика» (саморасслабление)***

#### ***Ритуал завершения занятия***

«Аплодисменты» (по кругу друг другу).

### **Занятие 13. «Помирились»**

#### ***Этюд «Поссорились и помирились»***

*Цели:* нравственное воспитание, работа над выразительностью движений.

Два подростка сначала изображают поссорившихся. Они стоят спиной друг к другу. Затем поворачиваются лицом друг к другу и, улыбаясь, берутся за руки. В конце обнимаются.

#### ***Беседа «Кого мы называем вежливыми»***

*Цели:* нравственное воспитание, регулирование поведения в коллективе.

Ведущий обсуждает с участниками некоторые человеческие качества, способствующие эффективному общению, после этого они вырабатывают правила того, как развить в себе эти качества.

#### ***Этюд «Вежливый ребенок»***

*Цель:* формирование адекватных форм поведения.

В зале на стульях сидят участники. Звучит музыка. Каждый участник по очереди входит в центр и вежливо здоровается с каждым сидящим в зале.

#### ***Разыгрывание ситуаций***

*Цель:* формирование адекватных форм поведения.

Подросткам предлагается проиграть следующие ситуации:

«Твой друг обижен на тебя, извинись перед ним и попробуй помириться.

Два твоих друга поссорились между собой – помири их».

#### ***Ритуал завершения занятия***

##### ***Упражнение на поддержку «Трон»***

Кто-то из подростков садится на стул-трон перед всеми. Все участники занятия говорят о нем что-то хорошее.



## **Занятие 14. «Правила дружбы»**

### ***Приветствие.***

### ***Упражнение «Клубок»***

Передавая клубок, сказать теплые слова другому, потом, распутывая, поблагодарить за слова в свой адрес.

### ***Игра «Найди друга»***

*Цели:* научить детей чувствовать и переживать, развивать коммуникативные навыки.

Подростков делят на две группы. Одной группе завязывают глаза, дают возможность походить по помещению, затем предлагают найти и узнать друга. Узнать можно с помощью рук, ощупывая волосы, одежду, руки. Когда друг найден, тогда игроки меняются ролями.

### ***Игра «Секрет»***

*Цель:* развитие социальной активности детей.

У каждого участника в ладонях «секрет» (закрытый кулак). Участники ходят по помещению и со снedaемым любопытством находят способы уговорить каждого показать ему свой секрет.

Ведущий следит за процессом обмена секретами, помогает всем найти общий язык.

### ***Рисование «Новоселье»***

*Цель:* формирование чувства единения с группой.

Подростки рисуют автопортреты и «селят» их в домик, рисунок которого висит на стене. Затем они раскрашивают этот дом красками.

В заключение этих встреч подростки обговаривают некоторые приемы и правила, способствующие тому, чтобы общение ребят протекало без ссор и конфликтов, которые оформляются в «Правила дружбы»:

1. Помогай товарищу. Если умеешь что-то делать – научи и его. Если товарищ попал в беду, помоги ему чем можешь.

2. Делись с товарищем. Делай так, чтобы самое лучшее хотелось отдать другу.

3. Останови товарища, если он делает что-то плохое.
4. Избегай ссор, споров по пустякам; будь скромн, если у тебя получилось лучше, чем у других; умеи порадоваться успехам товарища.
5. Умеи спокойно принять помощь, советы и замечания от других ребят.

### ***Релаксация «Улыбка»***

*Цель:* снятие психоэмоционального напряжения.

Психолог предлагает сесть удобнее, опереться на спинку стула. Включается медленная музыка. «Ребята, посмотрите друг на друга, улыбнитесь друг другу. Закройте глаза и послушайте меня: другой человек есть радость для тебя... Окружающий мир есть радость для тебя... Береги себя и береги другого... Уважай и люби все, что есть на Земле – это чудо! И каждый человек – это тоже чудо! Спасибо всем за работу, за то, что вы есть! Спасибо!

### ***Ритуал завершения занятия***

«Аплодисменты» (по кругу друг другу).

## **Занятие 15. Завершающее занятие**

### ***Приветствие. Упражнение «Клубок»***

Передавая клубок, сказать теплые слова другому, потом, распутывая, поблагодарить за слова в свой адрес.

### ***Упражнение «Паровозик Я + хороший»***

*Цель:* поднятие самооценки каждого участника и общего эмоционального фона группы.

Все участники встают друг за другом, руки кладутся на плечи друг другу. Первым встает ведущий. «Паровозик» начинает двигаться по комнате. Ведущий первый говорит: «Я (называет имя) хороший». Все хором, громко повторяют за ним: «Ты (его имя) хороший». Так продолжается дальше, пока каждый из участников не назовет себя хорошим и не получит подтверждение от группы.

### ***Упражнение «Социометрическая рефлексия»***

*Цель:* копилка мнений о себе и обратная связь для каждого.

Каждый участник занятия выбирает двух человек из группы, чье мнение о себе он хотел бы услышать. Эти два человека должны сказать, обращаясь к этому участнику: «У тебя есть два таких-то достоинства и два таких-то резерва...». Высказывания принимаются без обсуждения участниками тренинга.

### ***Этюд «Сбор чемодана»***

Каждому участнику занятий вся группа советует, что положить в свой «чемодан», отмечая, что уже есть у хозяина, а что надо уложить.

### ***Обратная связь***

Всем участникам предлагается обобщить свои впечатления, полученные в процессе занятий, и обменяться мнениями в следующем порядке:

- общее впечатление от участия;
- на занятиях я научился ...;
- открытия в самом себе;
- пожелания.

### ***Ритуал завершения занятия***

«Аплодисменты» (по кругу друг другу).

## КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ, ПОЗВОЛЯЮЩИХ ЭФФЕКТИВНО СНИМАТЬ СТРЕСС

С физиологической саморегуляции начинается решение любой психологической проблемы. «Болезни души неотделимы от болезней тела». Любая негативная эмоция вызывает сокращение определенной группы мышц. Один из обязательных спутников стресса – это мышечные зажимы. Для того чтобы правильно расслабиться, необходимо разделить тело на 7 сегментов. Каждый сегмент – это определенная группа мышц, отвечающих на те или иные сигналы мозга: лицо, шея и плечи, руки, грудь и лопатки, поясница и пресс, таз и бедра, икры и ступни. Мышечные зажимы в каждой из этих зон отражают определенные психологические проблемы человека. Мышечные зажимы – это остаточные явления напряжения, появившегося из-за отрицательных эмоций и нереализованных желаний. На сегодняшний день разработано огромное количество методик расслабления мышц.

### Упражнения на расслабление мышц шеи

#### *Упражнение № 1. «Тянем голову вверх»*

Основа правильной осанки – избавление от шейных зажимов. Это упражнение займет 5–7 минут.

Встаньте прямо, руки свободно висят вдоль туловища.

Представьте, что к вашему темени прикреплена ниточка, за которую вас не сильно, но уверенно тянут вверх.

Позвольте голове последовать за направлением силы натяжения. Понемногу вытягивайте шею.

Затем начинайте вытягивать позвоночник.

Когда почувствуете, что позвоночник выпрямился, встаньте на цыпочки.

### *Упражнение № 2. «Холодно!»*

Представьте себе, что вы замерзли. Голову очень хочется втянуть в плечи. Мышцы шеи, плеч, груди напряжены. Напряжение неприятно. Опустите плечи. Выпрямите шею. Расслабилась шея, плечи, грудь. Расслабление приятно. Легко дышится (упражнение повторить 2 раза).

### *Упражнение № 3. «Спать хочется»*

Выполняя это упражнение, вы будете вызывать расслабление мышц шеи по контрасту с напряжением. Представьте себе, что вам очень хочется спать и ваша голова склоняется то на правое плечо, то на левое. Положите голову на правое плечо. Мышцы шеи слева напряглись. Напряглись мышцы плеча и верхней части груди. Трудно дышать, долго удерживать это положение неудобно, неприятно. Выпрямились. Мышцы шеи естественно расслабились. Легко дышится. Отдыхайте.

Положите голову на левое плечо. Напряглись мышцы шеи, правого плеча, а также мышцы верхней части груди. Удерживайте это положение некоторое время. Почувствуйте напряжение. Долго удерживать неудобно. Трудно дышать. Выпрямились! Мышцы шеи расслабились. Отдыхайте. Мышцы шеи полностью расслабились. Легко и свободно дышится (выполните упражнение по 2 раза в каждую сторону).

## **Упражнения на расслабление мышц лица**

*Упражнение № 4. «Мимика лица» (снятие напряжения с мышц челюсти, шеи)*

Выполните активно жевательные движения, стараясь проговаривать скороговорку «Ехал Грека через реку, видит Грека в речке рак, сунул Грека руку в реку, рак за руку Грека цап», как будто во рту каша. При этом рот слегка приоткрыт, нижняя челюсть подвижна.

Затем сжимание зубов с открытыми зубами, как бы имитируя оскал. Затем, широко открыв рот, имитируем откусывание кусочка от большого яблока. Энергично растягиваем губы в улыбку и вытягиваем их вперед трубочкой.

## Упражнения на расслабление мышц рук

### *Упражнение № 5. «Кошка»*

Вспомним, как ведет себя кошка, кидаясь на добычу. Покажем, как кошка выпустила когти (показ). Подержите как можно дольше растопыренные, согнутые в суставах пальцы. Кисти рук напряглись, задеревенели. Почувствуйте, как утомительно и неприятно это состояние. А теперь кошка убрала когти! Руки спокойно опустились на колени, пальцы расслабились. Зафиксируйте свои ощущения в расслабленном состоянии (упражнение повторяется 2 раза).

### *Упражнение № 6. «Не урони вазу»*

А теперь представьте себе, что вы несете тяжелую вазу с большим букетом. Чтобы не уронить вазу и не испортить букет, руки у вас вытянуты вперед. Так держать вазу неудобно, тяжело, и руки напрягаются. Напрягите пальцы и полностью обе руки. Еще больше напрягите! Подержите так. Вам тяжело удерживать руки в таком положении, но вазу уронить нельзя. Напряжены руки от кончиков пальцев до самых плеч. Аккуратно поставьте вазу на пол и уроните руки на колени. Отдохните. Прислушайтесь к своим ощущениям. Ваши руки тяжелые, приятно расслаблены и теплые (упражнение выполняется 2 раза).

## Упражнения на расслабление мышц ног

### *Упражнение № 7. «Кошка»*

Снимите обувь, сядьте удобно на стуле, согнутые в коленях ноги слегка выдвиньте вперед. Теперь представьте себе, как кошка убрала когти, сжала и напрягла задние лапы, готовясь к прыжку. Побольше сожмите пальцы ног, как бы подгибая их под стопу. Еще больше напрягли стопы и пальцы! Подержите напряженными пальцы и стопы! Почувствуйте, как неприятно это состояние. Мышцы устали! А теперь расслабьте мышцы. Тяжелые стопы давят на пол. Горячая кровь приливает к ногам. Чувствуется пульсация в ногах. Пальцы ног и стопы расслабленные (повторить упражнение 2 раза).

### *Упражнение № 8. «Автобус»*

Представьте себе, что вы стоите в движущемся автобусе. Встаньте. Ноги поставьте на ширину плеч. Автобус сильно качает, а держаться не за что. Автобус качнуло вправо, чтобы не упасть, вы опору переносите на левую ногу, наклоните корпус немного влево, левую ногу крепче прижмите к полу и немного согните в колене. Почувствуйте, как напряжена левая нога. Напряжены мышцы стопы, голени, бедра. А правая нога расслаблена, чуть касается носком пола. Выпрямились. Обе ноги расслаблены, отдыхаете (упражнение повторяется по 2 раза для каждой ноги).

### *Упражнение № 9. «Тормоз»*

Сядьте на стул. Теперь Вы водитель автобуса и стоите в городской пробке, очень важно держать автобус на тормозах. Нажмите на тормоз. С силой прижмите к полу обе ноги. Крепче, крепче прижимайте обе ноги к полу. Почувствуйте напряжение всех мышц ноги до самых кончиков пальцев. Неприятно, трудно так сидеть. Отпустили тормоз, перестали напрягать ноги. Расслабились (пауза). Мышцы ног свободные, расслабленные. Приятное тепло ощущается в обеих ногах, особенно в стопах и пальцах (упражнение выполняется 2 раза).

## **Упражнения на расслабление мышц корпуса**

### *Упражнение № 10. «Волейбольный мяч»*

Представьте себе: у вас есть новый, еще ни разу не надутый волейбольный мяч. Стенки камеры как бы слиплись. Камера почти плоская, давайте изобразим это: втяните свой живот внутрь. Втяните так, как будто стенки живота прилипли к позвоночнику. Сильно напрягите мышцы живота, и даже мышцы груди испытывают при этом напряжение. Держите живот в таком напряжении. Вы чувствуете, как это неприятно и неудобно? Верните мышцы живота в исходное положение – расслабьте их. Мышцы груди тоже расслабляются. Как свободно и легко сейчас дышится! Запомните эти ощущения (упражнение повторяется 2 раза).

### *Упражнение № 11. «Надуваем мяч»*

А теперь представьте себе, что вы надуваете волейбольный мяч. Ваш живот – это волейбольный мяч. Когда надуваем мяч, он увеличивается в объеме, становится твердым, упругим. Сделаем глубокий вдох так, чтобы стенка живота приподнялась вперед и вверх. Воздух наполнил наш мяч. Мышцы живота напряглись, задержите при этом дыхание. Ощутите это напряжение и выдохните. Мышцы живота стали мягкими и расслабились. Теперь дышится легко и свободно. Расслабление приятно. Запомните эти ощущения (упражнение повторить 2 раза).

### *Упражнение № 12. «Струна»*

В этом упражнении вы будете учиться расслаблять мышцы спины и груди. Сядьте ровно, еще больше выпрямитесь. Вытянитесь, как струна. Напряглись мышцы спины, груди и живота (пауза). Утомительно так сидеть... Струна оборвалась! Расслабились! Стали свободными, ненапряженными мышцы спины, груди, живота. Расслабилось все ваше тело. Легко и спокойно дышится вам сейчас. Расслабление приятно. Запомните эти ощущения (упражнение повторить 2 раза).

### *Упражнение № 13. «Правильное дыхание»*

*Упражнение выполняется под релаксационную музыку 3 минуты.*

Правильное дыхание значительно усиливает расслабляющий эффект. Самое распространенное дыхание – грудное и межреберное. Мы практически не используем нижнюю часть легких. При диафрагмальном дыхании происходит естественный массаж внутренних органов, стабилизируется и гармонизируется кровообращение в них, автоматически исключается возникновение мышечных зажимов в области живота, выпрямляется позвоночник. Для релаксации наиболее приемлемым является полное дыхание в качестве фаз вдоха и выдоха.

Сядьте на стул или примите позу «шавасана». Медленно через нос начинайте вдох.



Пусть сначала воздухом наполнится нижняя часть легких. Он находится в районе диафрагмы. Внешне это выглядит как небольшое вздутие живота.

Потом воздухом наполняется средняя грудная часть. В этот момент грудная клетка расправляется, раздвигаются плечи.

Последняя фаза вдоха – наполнение воздухом верхней части легких. Можно почувствовать, как слегка приподнимаются плечи.

Теперь на некоторое время необходимо задержать дыхание. Это всего лишь 2–4 секунды.

Выдох производится в обратной последовательности: плечи, грудь, живот. Выдыхать необходимо примерно в полтора раза дольше, чем вдыхать.

Опять необходимо задержать дыхание. Пауза после выдоха должна быть в полтора раза длиннее паузы после вдоха.

Получается «волна»: сначала снизу вверх, потом сверху вниз. Дышать необходимо естественно, не затягивая и не увеличивая искусственно продолжительность фаз дыхания. Дыхание должно быть ритмичным, сочетаться с позой. За основу можно взять ритм биения сердца или просто считать про себя секунды. Дышать надо носом, а не ртом.

## **СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ И ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ПРИ РАБОТЕ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ „ГРУППЫ РИСКА”»**

**Цели:** развитие психологической компетентности педагогов в проблемах взаимодействия с обучающимися, освоение стратегий взаимодействия в ситуациях проблемного поведения обучающихся.

### **Ход семинара-практикума**

#### **I. Вводный этап**

Анализ педагогами актуальных проблем взаимодействия с обучающимися «группы риска».

##### ***1. Упражнение «Мой ученик»***

*Инструкция.* Ведущий предлагает участникам нарисовать образ любимого ученика, а затем вызывающего много хлопот, используя различные средства выразительности. Рефлексия по кругу: насколько доброжелателен образ ребенка в восприятии педагога?

##### ***2. Упражнение «Подростковые проблемы»***

*Цели:* конкретизация возрастных проблем, оценка эффективности разрешения трудностей в подростковом возрасте.

*Инструкция.* Первый этап – индивидуальный. Ведущий предлагает вспомнить 1–2 проблемные ситуации, которые возникали у участников, их детей или учеников в подростковом возрасте, ответить на вопрос «Как вы или они решали их?» и заполнить таблицу: «Проблемы и способы их решения».

Второй этап – участники делятся на группы. Каждая группа составляет перечень выделенных проблем, определяет, какие способы их разрешения эффективны, а какие – нет.

Третий этап – групповой. Рефлексия. Обсуждение полученного опыта.

## ***Информация от ведущего. Стратегии решения проблем***

Обычно для преодоления проблем люди используют следующие основные стратегии поведения.

*Стратегия разрешения проблем* – активная стратегия, при которой человек использует все имеющиеся у него личностные ресурсы для поиска эффективных способов разрешения проблемы.

*Стратегия поиска социальной поддержки* – активная стратегия, при которой человек обращается за помощью в решении проблем к окружающим людям: семье, друзьям, значимым другим.

*Стратегия избегания* – человек старается избежать контакта с окружающей его действительностью, уйти от решения проблем.

*Стратегия защиты* – способ решения представляет собой отрицание или искажение проблем, которые субъективно воспринимаются как непреодолимые. Агрессивные техники – поведение, направленное на подавление, нанесение вреда окружающим. Причем такое поведение может приобретать разные формы: угнетение и подчинение, прямое нападение с целью обратить других в бегство и проч. Вопросы участникам:

– Какие из этих стратегий были использованы вами и обучающимися в упражнении «Подростковые проблемы»?

– К каким последствиям они ведут в отношениях с другими людьми? (Обсуждение выбора стратегий поведения.)

## **II. Основной этап**

### ***1. Упражнение «Зебра»***

*Цель:* анализ основных качеств личности, необходимых в конструктивном общении и взаимодействии с детьми, коллегами и родителями.

*Инструкция.* Ведущий предлагает обсудить, какие качества важны при межличностном взаимодействии, какие индивидуальные особенности людей мешают им в общении друг с другом. Список качеств можно приготовить заранее. Затем каждый участник на чистом листе своего дневника пишет свою фамилию, имя и вертикальной линией делит лист на 2 части. Одну озаглавливает

«достоинства», вторую – «недостатки». Дневники всех участников передаются по кругу. Каждый записывает в соответствующих столбиках положительные и отрицательные черты личности хозяина дневника. Причем число достоинств и недостатков должно быть одинаковое. Рефлексия опыта.

## **2. Упражнение «Проблема»**

*Цель:* освоение педагогами умения понимать проблему.

*Инструкция.* Участники делятся на группы по три человека. Двое в группе – собеседники, третий наблюдает за процессом общения. Первый собеседник рассказывает о своей проблеме, второй – внимательно слушает, проявляет участие, желание помочь. Проблемы могут быть как учебные, так и возникающие во взаимодействии с родителями, коллегами, учениками или же юмористические. Общение происходит в течение двух минут, затем участники меняются ролями, и так до тех пор, пока все не побывают в позиции наблюдателя.

*Вопросы для обсуждения:*

- Что помогало или мешало понять проблему?
- В каких формах чаще проявлялись участие и помощь?
- Что помогало продлить контакт?
- Что больше всего раздражало рассказчика?
- Какие личные возможности в общении отметили все участники?

## **3. Ролевая игра «Уверенные, неуверенные и агрессивные ответы»**

*Цель:* отработка конкретных навыков и приемов поведения и общения.

*Инструкция.* Игра проводится в группе. Участникам задается несколько ситуаций. В каждой из них необходимо продемонстрировать уверенные, неуверенные и агрессивные ответы. Важно, чтобы тон голоса, поза, выражение лица соответствовали словам.

*Ситуации:*

1. Коллега забыла вернуть книгу, которая вам нужна.
2. Собеседник занимает вас разговором, а вам необходимо уйти.
3. Вам возвращают из химчистки пальто с большим пятном.
4. Люди, сидящие сзади вас в театре, мешают вам громким разговором.

*Обсуждение, рефлексия опыта.*

#### **4. Упражнение «Сильные стороны ученика»**

*Цели:* развитие уверенности в себе, формирование умения открыто говорить о своих достоинствах.

*Инструкция.* На первом этапе каждый член группы в течение 3–4 минут рассказывает о своих сильных сторонах, о том, что он любит, ценит и принимает в себе, что дает ему чувство внутренней уверенности и доверия к себе в разных ситуациях взаимодействия. На втором этапе участникам предлагается выделить положительные стороны подростка, ресурсы развития, на которые можно опираться при взаимодействии с ним.

*Обсуждение, рефлексия опыта.*

### **III. Заключительный этап**

*Информация от ведущего.* Знакомство классных руководителей с основными правилами взаимодействия с обучающимися.

#### **Психологические рекомендации педагогам по взаимодействию с подростками «группы риска»**

Большинство обучающихся имеют синдром «хронической неуспешности», поэтому в работе с такими студентами необходимо:

1. Создавать теплую, доброжелательную атмосферу, избегать критики, насмешек не только со стороны учителя, но и от сверстников; формировать у себя и своих учеников установку «Я – хороший, ты – хороший».

2. Принимать подростка таким, какой он есть. Видеть в отрицательных качествах учащегося позитивную сторону и обозначать ему, где данные черты личности могут быть полезны и привести к успешности.

3. Не просто хвалить подростка, а высказывать одобрение именно его действий (не подкреплять желаемое кому-либо поведение, а выражать свое позитивное отношение к его деятельности и результату в частности).

4. Сравнивать достижения учащегося только с его собственными, а не с эталоном (требованиями программы) и образцом взрослых, то есть хвалить за улучшение именно его результатов.

5. Не делать акцент только на школьных обязанностях (брать во внимание сферу его интересов, личную жизнь – отношения в семье, общение с друзьями, с противоположным полом) – это важный момент в дальнейшей успешности ребенка.

6. Не допускать, чтобы подросток был замкнут и сосредоточен на своих неудачах, необходимо найти такую внеучебную деятельность, в которой он способен утверждаться.

7. Давать позитивную обратную связь (эмоциональную: «верно!», «замечательно!», «отлично!», «супер!»; и содержательную: «я всегда знала, что у тебя хорошо получается...», «я уверена, что ты справишься с этой контрольной работой, так как ты добросовестно выполняешь домашнее задание»).

8. Проблемные точки превращать в зоны развития (например: «У нас проблема: нет дисциплины в классе, и это приводит к тому, что многие из вас не слышат, что говорит учитель, и не могут хорошо усвоить предложенный материал, как следствие – вряд ли справятся с контрольной работой. Что вы можете предложить для разрешения данной проблемы?»). Далее учитель стимулирует подростков высказываться, уважительно относясь к каждому мнению).

9. Не только применять индивидуальный подход к каждому подростку с учетом его способностей, особенностей познавательной, эмоционально-волевой сфер, поведения и т.д., но и учитывать его прошлый, отличный от всех других, опыт.

10. Уделять внимание по формуле: «Не тогда, когда он „плохой”, а когда „хороший”».

11. Во время эмоциональных всплесков (иногда означающих потребность в общении) обратить на подростка внимание, выразить заинтересованность в нем и его деятельности и показать свое доброжелательное отношение.

*Обсуждение рекомендаций, рефлексия опыта.*

## **РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ ПОДРОСТКАМИ**

### **Причины употребления подростками алкогольных напитков**

Одна из основных причин употребления подростками алкогольных напитков – взаимоотношения в семье. Подросток может начать употреблять алкоголь, если в семье негативные межличностные отношения, насилие, непонимание, чрезмерная опека со стороны родителей. Часто подростки пробуют алкоголь в семьях, где принято со спиртным отмечать «семейные праздники», «приход гостей» расслабляться по выходным.

Для подростков очень важными являются отношения с друзьями. Поэтому они могут употреблять алкоголь:

- чтобы не отставать от своих выпивающих друзей, быть более коммуни- кабельным, много говорить, не бояться сторонней оценки своих суждений;
- чтобы чувствовать себя сексуально привлекательным, нравиться проти- воположному полу;
- быть смелее и увереннее в себе;
- чтобы отвлечься от сложной действительности.

### **Последствия употребления алкоголя подростками**

Регулярное употребления алкоголя подростками гораздо серьезнее и опас- нее, чем алкоголизм в зрелом возрасте. Потому что в этот время происходит рост и развитие всех жизненно важных систем органов и функций человека. Алкоголь затрагивает все системы органов человека:

- происходят сбои в работе желудочно-кишечного тракта;
- повреждается печень, развивается гепатит, цирроз печени;
- нарушается работа поджелудочной железы;
- деятельность сердечно-сосудистой системы;
- развиваются воспалительные заболевания почек;
- появляются различные воспалительные заболевания в легких, бронхах, гортани, носоглотке;
- снижается иммунная защита организма.

У подростка появляются эмоциональные нарушения: грубое отношение к окружающим, взрывчатость, беспечность, внушаемость. Отсутствует контроль за своим поведением. Естественным считается прием алкогольных напитков в выходные дни, во время отдыха с друзьями. Употребление алкоголя принимает регулярный характер. В результате этого, употребление спиртного незаметно становится практически главным смыслом жизни.

### **Советы родителям:**

*Как распознать, что подросток начал употреблять алкоголь?*

Необходимо обратить внимание на резкое изменение в поведении ребенка:

- если появились такие черты, как грубость, агрессия, раздражительность;
- ребенок стал замкнутым, скрытным;
- в доме пропадают деньги, вещи;
- у ребенка резко снизилась успеваемость;
- приходит поздно домой с запахом алкоголя.

*Что делать, если подросток пришел домой пьяным?*

С подростком необходимо поговорить. Но разговор лучше отложить до утра, в состоянии алкогольного опьянения подросток не станет слушать никакие доводы.

В разговоре с подростком необходимо выяснить причины, по которым он решил попробовать алкоголь, и найти способ достигнуть тех же целей, но без спиртного. Научить подростка отстаивать свое мнение, говорить «нет». Это поможет подростку завоевать авторитет среди сверстников без выпивки.

Если ребенок всерьез интересуется спиртным, необходимо обратиться за помощью к врачу или психологу, специалисты дадут соответствующие рекомендации и при необходимости проведут анонимное лечение алкоголизма.

*Как уберечь подростков от алкоголизма?*

Подросток должен чувствовать себя комфортно в своей семье, чувствовать, что его понимают; воспринимать своих родителей в качестве самых умных наставников в жизненных вопросах.



1. Проявляйте уважение к подростку. Не манипулируйте своим опытом и возрастом. Не показывайте свое превосходство.

2. Найдите общее увлечение. Оно позволит с большим удовольствием проводить совместно свободное время.

3. Помогите подростку стать личностью, достойным взрослым человеком.

4. Будьте всегда авторитетны, а для этого всегда ведите себя достойно в любых ситуациях.

### **Признаки употребления подростком наркотических, психотропных и иных психоактивных веществ:**

- снижение интереса к учебе, успеваемости, спорту, прогулы занятий;
- увеличение потребности в деньгах, пропажа денег и вещей из дома;
- проявления лживости, уклонение от бесед под надуманными предлогами;
- подросток поменял компанию, у него появились друзья, о которых он не желает рассказывать, старается не упоминать даже их имен;
- подросток возвращается с улицы неадекватно веселый или, наоборот, заторможенным, появились периоды немотивированной раздражительности или агрессивности;
- неустойчивость внимания, ухудшение памяти, нарушения мышления, бредовые высказывания;
- имеется раздражение кожи в области носогубного треугольника;
- зрачки глаз резко расширены, либо сужены до точек, «невидящий взгляд»; «красные» склеры (расширенные сосуды конъюнктивы глаз);
- при взгляде в стороны глазные яблоки совершают маятникообразные движения;
- имеется нарушение тонких координационных движений;
- изменен темп речи (замедленная или ускоренная), речь нечленораздельная;
- беспричинное снижение или значительное усиление аппетита, жалобы на металлический привкус во рту; в вещах подростка появились пакетики, спичечные коробки с измельченной смесью или таблетками.

**В случае выявления вышеперечисленных признаков необходимо срочно проконсультировать несовершеннолетнего у врача психиатра-нарколога.**

## СХЕМА ПРОВЕДЕНИЯ ОПРОСА ТРУДНОГО ПОДРОСТКА ПСИХОЛОГОМ ИЛИ СОЦИАЛЬНЫМ ПЕДАГОГОМ

### 1. Учеба:

- любимые и нелюбимые предметы;
- причины школьных успехов и неудач;
- отношение с учителями;
- участие в общешкольной работе;
- случаи нарушения дисциплины.

2. Планы на будущее в отношении продолжения учебы, выбора профессии, способность учитывать предстоящие трудности и трезво оценивать свои возможности.

### 3. Отношения со сверстниками:

- предпочтение одного близкого друга или компании приятелей;
- положение среди товарищей («душа компании», «преследуемый», «изгой», «независимый одиночка» и т.п.);
- критерии выбора приятелей (по определению личных качеств, по общности увлечений, для проведения досуга, увеселений и т.п.).

### 4. Увлечения в настоящем и прошлом:

- под чьим влиянием был сделан выбор увлечения;
- каковы достигнутые результаты;
- почему те или иные увлечения заброшены и т.д.

### 5. Отношения с родителями: внутрисемейные отношения, состав семьи:

- кто назван первым;
- о ком забыл упомянуть;
- кто занимался его воспитанием;
- наиболее близкий член семьи;
- с кем в семье конфликтные отношения и причина конфликтов между другими членами семьи, отношение к ним подростка.

В случае распавшейся семьи необходимо выяснить, в каком возрасте был ребенок, когда это случилось; его отношение к разводу родителей; поддерживается ли им контакт с тем из них, кто ушел из семьи.

Полезно бывает услышать мнение учащегося о характере его родителей (если об этом заходит речь).

6. Отклонения в поведении (прошлые):

- прогулы занятий;
- мелкое хулиганство;
- курение и выпивки;
- знакомство с различными дурмящими средствами;
- побеги из дома;
- был ли когда-либо задержан или взят на учет милицией (если был, то когда и за что).

7. Наиболее тяжелые события в прошлом и реакция на них. Наличие когда-либо в прошлом суицидных мыслей.

8. Перенесенные заболевания: как они сказались на учебе и положении среди сверстников. Наличие в настоящем или в прошлом нарушений сна, аппетита, самочувствия и настроения.

**КАРТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ «ГРУППЫ РИСКА» (образец)**

Группа: \_\_\_\_\_ Количество детей в группе: \_\_\_\_\_

Дата заполнения: \_\_\_\_\_

Показатель	Фамилия, имя воспитанника					
<b>Медицинские данные (данные медицинской карты)</b>						
Имеются ли хронические заболевания, проблемы с органами зрения, слуха						
Часто болеет ОРЗ, пропускает по 40 и более дней в учебном году						
Состоит на учете у невролога, психоневролога						
Имелись ли ЧМТ						
Есть ли инвалидность, ОВЗ						
<b>Социальные данные</b>						
Асоциальная семья (жестокое или пренебрежительное обращение)						
Малообеспеченная семья						
Неполная семья						
Семья с низким уровнем родительских компетенций						
<b>Педагогические данные</b>						
Проблемы в развитии и обучении						
Расторможенность, неусидчивость, агрессивность						
Тревожность, страхи						
Трудности взаимоотношений со сверстниками и взрослыми						
Педагогическая запущенность						
<b>Выводы</b>						
Находится в зоне риска						
Относится к группе риска						

**КАРТА ИНДИВИДУАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ  
ДОШКОЛЬНИКА «ГРУППЫ РИСКА» (образец)**

Дата постановки на учет \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (ФИО ребенка)

группа \_\_\_\_\_ воспитатель \_\_\_\_\_

**Общие сведения:**

1. Дата рождения ребенка \_\_\_\_\_

2. Дата поступления в детский сад \_\_\_\_\_

3. Группа здоровья \_\_\_\_\_

4. ФИО матери \_\_\_\_\_

5. Место работы матери и занимаемая должность \_\_\_\_\_

6. ФИО отца \_\_\_\_\_

7. Место работы отца и занимаемая должность \_\_\_\_\_

8. Адрес места жительства \_\_\_\_\_

9. Домашний телефон \_\_\_\_\_

10. С кем проживает ребенок \_\_\_\_\_

11. Количество членов в семье \_\_\_\_\_

12. Социальный статус семьи:

- СОП – группа риска СОП;
- опекаемая – патронатная;
- малоимущая – многодетная;
- неполная – полная – комбинированная;
- криминальная – семья в ситуации развода;
- благополучная – неблагополучная.

13. Стрессовый фактор семьи (трудности, которые испытывает семья), влияющие на дошкольника:

- недостаточно денег (экономический фактор);
- напряженный график работы одного из родителей (частые командировки);
- нет собственного жилья (снимают квартиру);
- родители не проживают совместно;
- родители используют неконструктивные методы воспитания;
- родители, нарушающие условия договора с МДОУ;
- родителями осуществляется ненадлежащий уход за своим ребенком;
- один из членов семьи злоупотребляет алкоголем;
- многодетная семья;
- в семье есть дети или другие члены семьи – инвалиды;
- другое \_\_\_\_\_ .

14. Основания определения ребенка в «группу риска»:

- ребенок-инвалид;
- уровень развития не соответствует возрастным нормативам;
- влияние стрессового фактора семьи, выше оно указано;
- другое \_\_\_\_\_ .

**КАРТА ИНДИВИДУАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ  
ОБУЧАЮЩЕГОСЯ «ГРУППЫ РИСКА» (образец)**

1. ФИО \_\_\_\_\_
2. Группа \_\_\_\_\_
3. Дата рождения \_\_\_\_\_
4. Адрес проживания, регистрация \_\_\_\_\_
5. Место учебы \_\_\_\_\_
6. Основание для постановки на внутренний учет \_\_\_\_\_
7. Сведения о родителях и лицах, их заменяющих (ФИО, дата рождения, место работы/учебы) \_\_\_\_\_
8. Другие члены семьи (ФИО, дата рождения, место работы/учебы) \_\_\_\_\_
9. Особые обстоятельства, характеризующие семью \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
10. Жилищно-бытовые условия проживания \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
11. Характер занятости подростка в свободное время \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
12. Индивидуально-личностные особенности обучающегося \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
13. Выраженные особенности поведения \_\_\_\_\_
14. Личность обучающегося в коллективе \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Дата	Содержание проводимых мероприятий

15. Основание и дата снятия с внутреннего учета \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## АНКЕТА «ОПРЕДЕЛЕНИЕ ДЕТЕЙ „ГРУППЫ РИСКА”»

Инструкция. *Пожалуйста, отметьте, присущи ли вашему ученику перечисленные ниже формы поведения. Для этого выберите ответ (да, нет).*

1. Выполнение порученного дела всегда требует контроля со стороны взрослого.
2. Очень переживает перед любой проверочной работой, контрольной, диктантом, экзаменом.
3. Решение по какому-либо вопросу принимает с трудом, часто перекладывая его на других.
4. Всегда и во всем исполнитель.
5. Часто бывает несдержанным.
6. Хорошо делает по образцу или по примеру, но свои способы выполнения предлагает редко.
7. К успехам или неудачам в школе относится равнодушно.
8. В своих делах и действиях часто надеется на «авось».
9. Правильность и качество своей работы сам не проверяет, доверяя сделать это кому-нибудь другому.
10. Часто перепроверяет себя, постоянно что-то исправляет в сделанном.
11. Перед выполнением чего-либо ему требуется период «раскачки».
12. При выполнении какой-либо работы может делать ее то очень быстро, то очень медленно, постоянно отвлекаясь.
13. Выполненную работу совсем не проверяет.
14. Иногда проявляются невротические реакции: грызет ногти, кончик карандаша или ручки, теребит волосы и т.д.
15. При выполнении какой-либо работы очень быстро устает.
16. Всегда и во всем претендует на самые высокие результаты.
17. Часто бывает неаккуратным.



18. При необходимости поменять вид работы или род деятельности делает это с трудом.
19. Часто не может уложиться во временные рамки при выполнении чего-либо.
20. Чаще поддерживает чужую точку зрения, свою отстаивает редко.
21. Часто отвлекается при выполнении какой-либо работы.
22. В работе часто бывает небрежен.
23. Всегда стремится получать только отличные оценки.
24. Всегда и во всем медлителен и малоподвижен.
25. Обычно в начале делает что-либо быстро и активно, а затем темп выполнения становится все медленнее и медленнее.
26. Старается все делать очень быстро, но часто не проверяет сделанное, пропускает ошибки.
27. Всегда стремится быть и выполнять все лучше всех.
28. Во время выполнения чего-либо необходимы перерывы для отдыха.
29. Постоянно требует подтверждения правильности своего выполнения чего-либо.
30. Равнодушен к оценке своей работы.
31. Заранее свои действия планирует с трудом.
32. Часто жалуется на усталость.
33. Все делает медленно, но основательно.

**РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ И РУКОВОДЯЩИХ РАБОТНИКОВ  
ОРГАНИЗАЦИЙ ОБРАЗОВАНИЯ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ  
С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ БЕЗНАДЗОРНОСТИ И ПРАВОНАРУШЕНИЙ  
СРЕДИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ**

**Организации дошкольного образования**

1. В организации дошкольного образования Приднестровской Молдавской Республики профилактику безнадзорности и правонарушений среди воспитанников, выявление неблагополучия семьи ребенка осуществляют следующие педагогические и руководящие работники:

- а) воспитатель группы;
- б) психолог;
- в) старшая медсестра;
- г) заместитель заведующего организации дошкольного образования по образовательной деятельности;
- д) заведующий организации дошкольного образования.

2. При выявлении нарушений в поведении воспитанника (непосещение воспитанником организации дошкольного образования, неопрятный вид ребенка, нарушение ребенком дисциплины и правил поведения и т.п.), признаков семейного неблагополучия или социально опасного положения семьи (телесные повреждения, голодные обмороки и тому подобное) вышеперечисленные педагогические и руководящие работники выполняют следующие действия:

- а) *воспитатель группы:*
  - 1) проводит индивидуальную беседу с ребенком;
  - 2) информирует родителей/законных представителей воспитанника;
  - 3) информирует психолога о необходимости проведения профилактической и индивидуальной работы с ребенком и его родителями/законными представителями;

4) информирует старшую медсестру о необходимости осмотра ребенка;  
5) информирует заместителя заведующего по образовательной деятельности организации дошкольного образования;

б) планирует индивидуальную воспитательную работу с ребенком и его родителями/законными представителями;

7) принимает участие в заседании комиссии организации дошкольного образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет воспитанника;

*б) психолог:*

1) проводит (в игровой форме) индивидуальную беседу с ребенком;  
2) проводит беседу (использует различные формы и методы) с родителями/законными представителями воспитанника;

3) информирует об итогах проведенных мероприятий воспитателя, заместителя заведующего по образовательной деятельности организации дошкольного образования;

4) планирует индивидуальную воспитательную работу с ребенком и его родителями/законными представителями;

5) принимает участие в заседании комиссии организации дошкольного образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет воспитанника;

*в) старшая медсестра:*

1) проводит ежедневный осмотр ребенка при прибытии в организацию дошкольного образования для выявления признаков семейного неблагополучия семьи, находящейся в социально опасном положении;

2) информирует об итогах осмотра ребенка воспитателя, заместителя заведующего по образовательной деятельности и заведующего организации дошкольного образования;

3) принимает участие в заседании комиссии организации дошкольного образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет воспитанника;

*г) заместитель заведующего организации дошкольного образования по образовательной деятельности:*

- 1) изучает условия жизни и воспитания детей в семье;
- 2) анализирует учет посещения ребенком организации дошкольного образования;
- 3) анализирует участие родителей в жизнедеятельности организации дошкольного образования;
- 4) проводит воспитательную, профилактическую и индивидуальную работу по раннему выявлению и работе с неблагополучной семьей, семьей, находящейся в социально опасном положении;
- 5) ведет в организации дошкольного образования статистический учет данных о неблагополучных семьях с детьми, находящимися в социально опасном положении;
- 6) информирует заведующего о постановке на внутриучрежденческий профилактический учет ребенка;
- 7) принимает участие в заседании комиссии организации дошкольного образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет воспитанника;

*д) заведующий организации дошкольного образования:*

- 1) принимает решение о постановке семьи на профилактический учет при выявлении фактов семейного неблагополучия;
- 2) возглавляет комиссию организации дошкольного образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет воспитанника;
- 3) направляет информацию о неблагополучной семье с детьми, находящимися в социально опасном положении, директору организации общего образования (по микрорайону) для информирования социального педагога о факте неблагополучия;
- 4) направляет информацию о неблагополучной семье в органы внутренних дел Приднестровской Молдавской Республики, управление народного образования города/района Приднестровской Молдавской Республики, территориальную комиссию по защите прав несовершеннолетних в пределах администра-

тивно-территориальной единицы, информирует директора организации общего образования (по микрорайону) при выявлении признаков жестокого обращения с ребенком, получении сведений о ребенке, проживающем в условиях, представляющих угрозу его жизни или здоровью, в течение 3 (трех) часов с момента выявления;

5) контролирует подготовку документов на заседание комиссии по защите прав несовершеннолетних в пределах административно-территориальной единицы на ограничение или лишение родительских прав родителей, если проводимая работа в организации дошкольного образования с семьей не дает положительных результатов, имеются грубые нарушения прав детей со стороны родителей, уклонение родителей от воспитания, содержания своих детей;

б) ходатайствует перед комиссией по защите прав несовершеннолетних в пределах административно-территориальной единицы о снятии с учета неблагополучных семей с детьми, признанных находящимися в социально опасном положении (положение «О порядке организации работы по профилактике безнадзорности и правонарушений в организациях дошкольного образования Приднестровской Молдавской Республики». Раздел 3, пункт 10).

### **Общеобразовательные организации образования**

1. В организации общего образования Приднестровской Молдавской Республики профилактику безнадзорности и правонарушений среди воспитанников, выявление неблагополучия семьи ребенка осуществляют следующие педагогические и руководящие работники:

- а) классный руководитель;
- б) социальный педагог;
- в) педагог-психолог;
- г) заместитель директора по воспитательной работе организации дошкольного образования;
- д) директор организации дошкольного образования.

2. При выявлении нарушений в поведении обучающегося (пропуск занятий, опоздания на занятия, антиобщественное и неадекватное поведение,

признаки наркотического/алкогольного опьянения, неопрятный вид, нарушение дисциплины и правил поведения обучающихся и тому подобное), признаков семейного неблагополучия или социально опасного положения семьи (телесные повреждения, голодные обмороки, бродяжничество и тому подобное) вышеперечисленные педагогические и руководящие работники выполняют следующие действия:

*а) классный руководитель:*

- 1) проводит индивидуальную беседу с обучающимся;
- 2) информирует родителей/законных представителей обучающегося;
- 3) информирует социального педагога и педагога-психолога о необходимости проведения профилактической и индивидуальной работы с обучающимся и его родителями/законными представителями;
- 4) планирует индивидуальную воспитательную работу с обучающимся;
- 5) принимает участие в заседании Совета по профилактике организации общего образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет обучающегося;

*б) социальный педагог:*

- 1) изучает условия жизни обучающегося в семье;
- 2) анализирует участие родителей в воспитании обучающегося;
- 3) при выявлении факта непосещения обучающимся или систематически пропускающим без уважительных причин занятия в организации образования (от 3 (трех) до 10 (десяти) дней) принимает меры к выяснению причин пропусков занятий, информирует заместителя директора по воспитательной работе, ставит вопрос о постановке обучающегося на внутренний учет, организует индивидуальную профилактическую работу с обучающимся и его родителями/законными представителями;
- 4) информирует об итогах проведенных мероприятий классного руководителя, заместителя директора по воспитательной работе организации общего образования;
- 5) принимает участие в заседании Совета по профилактике организации общего образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет обучающегося;

б) ведет в организациях общего образования статистический учет о неблагополучных семьях с детьми, находящимися в социально опасном положении;

*в) педагог-психолог:*

1) проводит индивидуальную беседу с обучающимся;

2) проводит беседу с родителями/законными представителями обучающегося;

3) информирует об итогах проведенных мероприятий классного руководителя, заместителя директора по воспитательной работе организации общего образования;

4) планирует индивидуальную воспитательную работу с обучающимся и его родителями/законными представителями;

5) принимает участие в заседании Совета по профилактике организации общего образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет обучающегося;

*г) заместитель директора по воспитательной работе организации общего образования:*

1) контролирует учет посещения обучающимся организации общего образования;

2) анализирует участие родителей в жизнедеятельности организации общего образования;

3) курирует воспитательную, профилактическую и индивидуальную работу по раннему выявлению и работе с неблагополучными семьями, работе с детьми и семьями, находящимися в социально опасном положении;

4) контролирует регулярное проведение мониторингов распространенности употребления несовершеннолетними пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольных или спиртосодержащих напитков, потребления наркотических средств и психотропных веществ, итоги которых направляет в комиссию по защите прав несовершеннолетних в пределах административно-территориальной единицы;

5) информирует директора о постановке на внутриучрежденческий профилактический учет обучающегося;

б) предоставляет информацию о неблагополучной семье и семье, находящейся в социально опасном положении, на расширенных заседаниях при директоре организации общего образования;

7) принимает участие в заседании Совета по профилактике организации общего образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет обучающегося;

8) при выявлении признаков жестокого обращения с обучающимся, получении сведений об учащемся, проживающим в условиях, представляющих угрозу его жизни или здоровью, в течение 3 (трех) часов с момента выявления направляет информацию в органы внутренних дел Приднестровской Молдавской Республики, управление народного образования города/района Приднестровской Молдавской Республики, территориальную комиссию по защите прав несовершеннолетних в пределах административно-территориальной единицы;

9) при отсутствии положительных тенденций в реабилитации несовершеннолетнего в течение 1 (одного) месяца с момента постановки несовершеннолетнего на внутренний учет направляет информацию о несовершеннолетнем в комиссию по защите прав несовершеннолетних в пределах административно-территориальной единицы по фактическому месту жительства обучающегося;

*д) директор организации общего образования:*

1) принимает решение о постановке семьи на профилактический учет при выявлении фактов семейного неблагополучия;

2) возглавляет Совет по профилактике организации общего образования по вопросу постановки на внутриучрежденческий профилактический учет обучающегося (или назначает своего представителя);

3) при выявлении признаков жестокого обращения с ребенком, получении сведений об учащемся, проживающем в условиях, представляющих угрозу его жизни или здоровью, в течение 3 (трех) часов с момента выявления контролирует вопрос отправки документов в органы внутренних дел Приднестровской Молдавской Республики, управление народного образования города/района Приднестровской Молдавской Республики, территориальную комиссию по защите прав несовершеннолетних в пределах административно-территориальной единицы;



4) при отсутствии положительных тенденций в реабилитации несовершеннолетнего в течение 1 (одного) месяца с момента постановки несовершеннолетнего на внутренний учет контролирует вопрос отправки информации об учащемся в комиссию по защите прав несовершеннолетних в пределах административно-территориальной единицы по фактическому месту жительства обучающегося.

### **Организации среднего профессионального образования**

1. В организации среднего профессионального образования Приднестровской Молдавской Республики профилактику безнадзорности и правонарушений среди обучающихся, выявление неблагополучия семьи обучающегося осуществляют следующие педагогические и руководящие работники:

- а) классный руководитель/куратор учебной группы;
- б) социальный педагог;
- в) педагог-психолог;
- г) заместитель директора по воспитательной работе (при наличии штатной единицы), директор.

2. При выявлении нарушений в поведении обучающегося (пропуск занятий, опоздания на занятия, антиобщественное и неадекватное поведение, признаки наркотического/алкогольного опьянения, неопрятный вид, нарушение дисциплины и правил поведения обучающихся и тому подобное), признаков семейного неблагополучия или социально опасного положения семьи (телесные повреждения, голодные обмороки, бродяжничество и тому подобное) вышеперечисленные педагогические и руководящие работники выполняют следующие действия:

- а) классный руководитель/куратор учебной группы:*
  - 1) проводит индивидуальную беседу с обучающимся;
  - 2) информирует родителей/законных представителей обучающегося;
  - 3) информирует социального педагога и педагога-психолога о необходимости проведения профилактической и индивидуальной работы с обучающимся и его родителями/законными представителями;
  - 4) планирует индивидуальную воспитательную работу с обучающимся;

*б) социальный педагог:*

1) изучает условия жизни обучающегося (в семье, общезитии и др.);  
2) анализирует участие родителей в воспитании обучающихся;  
3) ставит на внутренний учет в организации образования (на основании решения Совета по профилактике правонарушений среди студентов организации среднего профессионального образования);

4) организует профилактическую индивидуальную работу с обучающимся и его родителями/законными представителями;

5) при выявлении признаков жестокого обращения с несовершеннолетним, сведений о несовершеннолетних, проживающих в условиях, представляющих угрозу их жизни или здоровью, информирует заместителя директора по воспитательной работе (директора);

б) при отсутствии положительных тенденций в реабилитации несовершеннолетнего в течение одного месяца с постановки обучающегося на внутренний учет в организации образования информирует заместителя директора по воспитательной работе (директора);

*в) педагог-психолог:*

1) проводит диагностическую, психокоррекционную, реабилитационную работу с несовершеннолетним;

2) оказывает консультативную помощь родителям (законным представителям);

*г) заместитель директора по воспитательной работе (директор):*

1) курирует воспитательную, профилактическую и индивидуальную работу по профилактике безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних;

2) при выявлении признаков жестокого обращения с несовершеннолетним, сведений обучающихся, проживающих в условиях, представляющих угрозу их жизни или здоровью, в течение 3 (трех) часов с момента выявления направляют информацию в органы внутренних дел и территориальную комиссию по защите прав несовершеннолетних государственной администрации города/района Приднестровской Молдавской Республики;

3) при отсутствии положительных тенденций в реабилитации несовершеннолетнего в течение одного месяца с постановки обучающегося на внутренний учет в организации образования направляют информацию о несовершеннолетнем в территориальную комиссию по защите прав несовершеннолетних государственной администрации города/района Приднестровской Молдавской Республики по фактическому месту жительства несовершеннолетнего.