

**Министерство образования и науки Российской Федерации**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«Пензенский государственный университет**

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ  
ДЕТЕЙ, ПОСТРАДАВШИХ ОТ ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ**

**Москва, 2013**

## Содержание

|  |     |
|--|-----|
| Аннотация .....  | 2   |
| 1. Виды жестокого обращения.....   | 5   |
| 1.1. Физическое насилие.....   | 5   |
| 1.2. Психическое (эмоциональное) насилие.....  | 11  |
| 1.3. Сексуальное насилие.....  | 16  |
| 1.4. Пренебрежение основными нуждами ребенка.....  | 27  |
| 2. Последствия жестокого обращения с детьми.....   | 29  |
| 3. Методы и технологии социально-педагогической реабилитации детей, пострадавших от жестокого обращения..... | 36  |
| 4. Методы и технологии психологической реабилитации детей, пострадавших от жестокого обращения.....          | 59  |
| 4.1 Психологическая реабилитация детей, пострадавших от физического насилия.....                             | 59  |
| 4.2. Психологическая реабилитация детей, пострадавших от психологического насилия.....                       | 130 |
| 4.3. Психологическая реабилитация детей, пострадавших от сексуального насилия.....                           | 177 |
| 4.4. Психологическая реабилитация детей, пострадавших от пренебрежения нуждами ребенка.....                  | 191 |
| Литература .....   | 237 |

Специалисты закрытых образовательно-воспитательных учреждений и учреждений социального воспитания по роду своей профессиональной деятельности постоянно встречаются с проявлениями насилия в среде их воспитанников. В связи с этим представленные материалы могут оказать определённую конструктивную помощь профессиональным работникам указанных учреждений в решении острых воспитательно-управленческих задач.

В последнее время жестокость, агрессивность подрастающего поколения всё чаще становится объектом разнонаучных исследований. В многочисленных источниках массовой информации регулярно сообщается о жестоких историях из жизни воспитанников различных по типу образовательно-воспитательных учреждений – избиениях, убийствах, унижениях, насилии над животными.

В представленных материалах раскрывается сущность, даётся определение понятия «насилие», приводятся точки зрения разных исследователей на рассматриваемую проблему. Особую значимость имеет анализ различных видов насилия, распространённых в том числе и в среде воспитанников указанных учреждений. Для профессиональных работников этих учреждений знакомство с материалами позволит уточнить, углубить, конкретизировать их знания о сущности, проявлениях, признаках, последствиях всех видов насилия: физического, психологического (эмоционального), сексуального, пренебрежения нуждами детей.

Особый интерес должны представлять сведения о конкретных признаках осуществления насильственных действий по отношению к детям разных возрастов, а также – сведения о глубоких деструктивных последствиях, искажающих последующее развитие личности и её социализацию.

В материалах приводятся различные технологии и методы правовой, психологической, социально-педагогической реабилитации воспитанников, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств.

Существенную помощь в работе с воспитанниками в целом и с воспитанниками – жертвами насилия специалистам рассматриваемых учреждений могут оказать приведённые в материалах программы занятий по повышению правовой грамотности и ответственности воспитанников, рекомендации, упражнения, тренинги, направленные на социально-психологическую реабилитацию воспитанников и оздоровление воспитательной среды их пребывания в учреждениях.

## **1. Виды жестокого обращения с детьми**

Традиционно жестокое обращение с детьми подразделяется на четыре формы: физическое, психическое, сексуальное насилие, а также пренебрежение основными нуждами ребёнка:

1. Физическое насилие – умышленное причинение ребёнку телесных повреждений, а также любое иное использование физической силы (причинение боли, лишение свободы, понуждение к употреблению психоактивных веществ и др.), которое причиняет ущерб его физическому или психическому здоровью, нарушает нормальное развитие или создает реальный риск возникновения таких нарушений.

2. Психическое насилие – периодическое или постоянное воздействие родителей или других взрослых на психику ребёнка, приводящее к формированию у ребёнка патологических черт характера и нарушению психического развития.

3. Сексуальное насилие – вовлечение несовершеннолетнего в действия сексуального характера с целью получения взрослыми сексуального удовлетворения или материальной выгоды.

4. Пренебрежение основными нуждами ребёнка – постоянное или периодическое неисполнение родителями или лицами, их заменяющими, своих обязанностей по удовлетворению потребностей ребёнка в развитии и заботе, пище и крове, медицинской помощи и безопасности, приводящее к ухудшению состояния здоровья ребёнка, нарушению его развития или получению травмы.

### **1.1. Физическое насилие**

Проявления физического насилия чрезвычайно разнообразны: от убийства ребёнка или причинения ему тяжких увечий до лёгких телесных

повреждений. Наиболее распространённые повреждения при физическом насилии – ушибы и ссадины, затем идут переломы костей и травмы головы. Однако любое физическое насилие, не зависимо от тяжести, всегда сопряжено с причинением ребёнку боли, ограничением его свободы и навязыванием чужой воли, то есть имеет черты психологического насилия. Опасность физического насилия (тяжесть его последствий) в значительной мере зависит от возраста ребёнка. Родители, применяющие физическое насилие, склонны со временем прибегать к более тяжёлым его формам. Поэтому незначительная травма, причинённая маленькому ребёнку, является фактором риска более тяжёлого насилия в будущем.

Неспособность родителей или одного из них защитить ребёнка от агрессии со стороны окружающих, а также оставление его без необходимого ухода или в ситуации, представляющей опасность для жизни ребёнка, может повлечь столь же негативные последствия, как и преднамеренное нанесение телесных повреждений. Такие умышленные или неосторожные действия родителей могут рассматриваться как пассивная форма физического насилия или как пренебрежение основными потребностями ребёнка. Таким образом, физическим насилием является умышленное причинение ребёнку телесных повреждений, а также любое иное использование физической силы (причинение боли, лишение свободы, понуждение к употреблению психоактивных веществ и др.), которое причиняет ущерб его физическому или психическому здоровью, нарушает нормальное развитие или создаёт реальный риск возникновения таких нарушений. Физическое насилие может проявляться в форме бездействия, когда ребёнок умышленно оставляется в опасной или неблагоприятной обстановке.

Физическое насилие часто сочетается с другими формами жесткого обращения с детьми (сексуальное насилие, пренебрежение основными потребностями ребёнка). По данным зарубежных исследователей, каждый шестой ребенок, перенесший физическое насилие, также страдал и от

сексуального насилия. Эмоциональное же насилие имеет место в большинстве случаев физического насилия. В связи с этим в отношении детей, пострадавших от физического насилия, необходимо активно выявлять другие формы жестокого обращения.

Повышенный риск стать жертвой физического насилия имеют дети-инвалиды, особенно воспитывающиеся в социально неблагополучных семьях. В некоторых случаях само физическое насилие в сочетании с пренебрежением основными потребностями ребёнка, в том числе с неоказанием необходимой медицинской помощи, может быть причиной инвалидизации ребёнка.

Физическое насилие над детьми встречается во всех слоях общества. Однако значительно чаще оно имеет место в семьях с низкими доходами или находящимися в изоляции, а также в многодетных семьях. Распространению физического насилия над детьми способствуют различные социальные факторы. В качестве особо значимых Зиновьевой Н.О. и Михайловой Н.Ф. справедливо выделены:

- отсутствие в общественном сознании понимания безусловной недопустимости физических наказаний;
- постоянная демонстрация насилия в средствах массовой информации, что способствует проникновению агрессии в повседневную жизнь;
- обеспечение прав граждан на неприкосновенность частной жизни, личную и семейную тайну затрудняет своевременно выявление фактов насилия по отношению к детям и эффективное вмешательство на ранних стадиях семейной дисфункции;
- отсутствие в Российской Федерации эффективной превентивной политики государства и необходимой сети специализированных учреждений для работы с неблагополучными семьями; при работе с такими семьями используется карательный подход (привлечение к уголовной или административной ответственности, лишение родительских прав), а меры

реабилитационного и профилактического характера практически отсутствуют;

- недостаточное понимание обществом насилия как социальной проблемы, отсутствие чётких критериев жестокого обращения с детьми;

- низкая правовая грамотность населения, в частности, недостаточная осведомлённость детей о своих правах;

- несовершенство действующего законодательства, декларативный характер норм о защите прав несовершеннолетних, отсутствие механизмов их реализации на практике.

Телесные повреждения, полученные детьми в результате физического насилия, не всегда имеют явный насильственный характер. Специалисты, работающие с детьми, не всегда имеют возможность осмотреть ребёнка с целью выявления у него телесных повреждений и оценки их характера. Заподозрить физическое насилие над ребёнком чаще позволяют имеющиеся у него особенности поведения. Характерные для физического насилия поведенческие нарушения зависят от возраста ребёнка. Так один из исследователей рассматриваемого явления, Сафонова Т.Я., выделяет следующие психологические и поведенческие нарушения, характерные для детей разного возраста, подвергшихся и/или подвергающихся физическому насилию.

Дети младшего раннего возраста (до 3-х лет):

- малоподвижность, слабая реакция на внешние стимулы (у грудных детей);

- боязнь родителей или взрослых;

- постоянная настороженность;

- плаксивость, капризность;

- печальный внешний вид, редкое проявление радости;

- агрессивность.

Дети дошкольного возраста:



- пассивность, смирение с происходящим;
- чрезмерная уступчивость, заискивающее поведение;
- псевдовзрослое поведение;
- агрессивность;
- жестокость по отношению к животным;
- лживость и воровство.

Дети младшего школьного возраста:

- стремление скрыть причину имеющихся у них травм;
- нежелание возвращаться домой после школы;
- замкнутость, отсутствие друзей;
- плохая школьная успеваемость, затрудненная концентрация внимания;
- агрессивность;
- воровство;
- уходы из дома.

Подростки:

- бродяжничество;
- делинквентное поведение;
- употребление алкоголя или наркотиков;
- депрессия, суицидальные попытки.

Физическое насилие над детьми приводит к тяжёлым телесным повреждениям. В зависимости от опасности для жизни и здоровья ребёнка выделяют наиболее распространённые виды повреждений: поверхностные повреждения (ушибы, ссадины, царапины, а также неглубокие порезы, укусы, термические и химические ожоги); глубокие повреждения (гематомы, кровоизлияния в суставы, вывихи, порезы, нарушающие целостность кожи, локальные ожоги, II-III степени обширные поверхностные ожоги, сотрясение головного мозга); переломы крупных костей, повреждения внутренних органов; проникающие ранения грудной и брюшной полости, механическая

асфиксия; внутричерепные кровоизлияния, повреждения головного и спинного мозга.

В большинстве случаев дети, пострадавшие от физического насилия, остаются в семье. Оставление ребёнка в семье предполагает проведение с ней активной социальной работы. Основными направлениями этой работы являются следующие:

- воздействие на причину, создающую напряжённую обстановку в семье;
- оказание семье необходимой материальной поддержки;
- повышение родительской компетенции, развитие у родителей необходимых навыков;
- психологическая коррекция эмоциональных и поведенческих расстройств, имеющих у родителей, обучение их навыкам преодоления стресса;
- повышение педагогической компетентности родителей, обучение их ненасильственным приёмам воспитания и поддержания дисциплины;
- помещение ребёнка в детское учреждение или группу дневного пребывания в центре социального обслуживания;
- оказание поддержки родителям (содействие в трудоустройстве, получении медицинской помощи);
- улучшение взаимоотношений между членами семьи, в том числе и отдельно проживающими прародителями.

Все перечисленные выше направления работы должны осуществляться во взаимосвязи, для чего необходим план работы семьей. Учитывая ограниченный спектр мероприятий, которые могут быть реализованы в рамках одного ведомства (образования, социальной защиты, внутренних дел), план должен иметь межведомственный характер. Такой план может быть принят муниципальной комиссией по делам несовершеннолетних и

защите их прав, включающей представителей всех заинтересованных в судьбе ребёнка и его семьи органов и учреждений.

## **1.2. Психическое (эмоциональное) насилие**

Психическое насилие является наиболее распространённой формой жестокого обращения с детьми, однако определение этой формы насилия, выделение её в качестве самостоятельного вида жестокого обращения при наличии других форм насилия (физического или сексуального) представляет значительные сложности. Психическое насилие не следует рассматривать как сопутствующее проявление других форм жестокого обращения. Наоборот, тяжесть связанных с ним последствий даёт основание считать психическое насилие основным механизмом, нарушающим психическое развитие ребёнка и его социальное функционирование в большинстве случаев жестокого обращения с детьми.

Психическим (эмоциональным) насилием являются эпизодические или регулярные оскорбления или унижения ребёнка, высказывание в его адрес угроз, демонстрация негативного отношения или отвержение, которые приводят к возникновению эмоциональных или поведенческих нарушений. Психическим насилием будет также однократное воздействие тяжёлой психической травмы, приведшее к возникновению острой реакции на стресс или посттравматических расстройств, а также – случаи повторного воздействия менее тяжёлых психических травм, в результате чего возникает расстройство адаптации.

Психическое насилие над детьми широко распространено и встречается во всех социальных группах. В его возникновении большое значение имеет механизм социального наследования (воспроизведение в собственной семье моделей, поведения, усвоенных в детстве). Каждый третий родитель из числа тех, кто в детстве подвергался жестокому обращению, жестоко обращается со своими собственными детьми.

Наиболее высок риск психического насилия над ребёнком у молодых матерей, не имеющих навыков по уходу за ребёнком, которые в собственной семье воспитывались в условиях недостатка любви и внимания. Тяжёлым разочарованием для них становится понимание того, что любовь и привязанность ребёнка необходимо зарабатывать кропотливым повседневным трудом. Также велик риск психического насилия со стороны некоторых лиц, заменяющих родителей. Во-первых, это родственники, как правило, пожилые, которые становятся опекунами после смерти родителей или лишения их родительских прав. Они соглашаются на установление опеки из жалости к детям, не предвидя в полном объёме всех трудностей, с которыми им предстоит столкнуться. Во-вторых, это лица, усыновляющие или берущие под опеку детей из интернатных учреждений. Они рассчитывают на безусловную и преданную любовь этих детей, но сами при этом не имеют родительских навыков, не умеют находить выход из сложных ситуаций, неизбежно возникающих в процессе воспитания. Сталкиваясь с непослушанием ребёнка, отставанием его в психическом развитии и проблемами в поведении, коррекция которых требует значительных усилий, не видя от него ожидаемой любви, опекуны или усыновители испытывают разочарование и обиду на ребёнка, не оправдавшего их необоснованных надежд.

Осознание необходимости постоянно заботиться о ребёнке вместо того, чтобы пользоваться его любовью, служит первым шагом на пути развития дисфункциональных отношений, крайней формой которых является жестокое обращение с ребёнком. Весьма высок риск эмоционального насилия над ребёнком у матерей, для которых беременность и рождение ребёнка были средством вступления в брак или сохранения распадающегося брака, однако их надежды на замужество не оправдались или муж оставил их во время беременности (в первые месяцы после родов).

Жестокое обращение – это процесс активного взаимодействия ребёнка-жертвы со взрослым-насилельником. Жестокое обращение с ребёнком в подавляющем большинстве случаев не ограничивается одним эпизодом, а представляет собой длительно сохраняющуюся неблагоприятную ситуацию. Существовая в такой ситуации, ребёнок вынужден адаптироваться к ней, и его поведение меняется. Детско-родительские отношения даже в дисфункциональных семьях носят характер взаимодействия, поэтому в ответ на изменение поведения ребёнка меняется и поведение его родителей.

Ребёнок, подвергающийся психологическому насилию, с учётом возраста и своих индивидуальных особенностей выбирает такую поведенческую стратегию, которая, как ему кажется, в наибольшей мере соответствует его интересам. Психическая незрелость и ограниченность жизненного опыта зачастую приводят к тому, что избранный механизм психологической защиты оказывается неадекватным ситуации, углубляет дисфункциональные отношения с родителями и способствует утяжелению насилия.

Нередко используемые ребёнком механизмы психологической защиты имеют дезадаптивный характер, делают ребёнка более уязвимым для насилия, повышают риск стать жертвой другой формы жестокого обращения. В связи с этим при коррекции поведенческих и психологических последствий жестокого обращения в терапевтический процесс должны вовлекаться и дети, и взрослые, поскольку одной из целей терапии является разрыв порочного круга, возникающего в результате влияния, которое поведение ребёнка оказывает на родителя, а поведение родителя – на поведение ребёнка.

Очевидно, что те или иные действия родителей могут быть расценены как психическое насилие только с учётом особенностей личности ребёнка и характера его взаимоотношений с родителями. Оценить детско-родительские отношения с позиции наличия психического насилия можно с помощью классификации основных проявлений (форм) психического насилия,

предложенной Гарбарино: отвержение, изоляция, терроризирование, игнорирование и развращение.

**Отвержение** проявляется в том, что взрослый отказывается признавать ценность ребёнка и свою обязанность удовлетворять его основные потребности, не признается право ребёнка просить или требовать что-либо от родителей.

При **изоляции** взрослый резко ограничивает социальные контакты ребёнка, полностью контролирует круг его общения, препятствует установлению дружеских связей с другими детьми или доверительных отношений с другими взрослыми. В крайних случаях могут ограничиваться контакты даже с другим родителем. У ребёнка возникает впечатление полного одиночества, изоляции от внешнего мира и других людей.

**Терроризирование** проявляется в постоянной вербальной агрессии, запугивании и угрозах со стороны взрослого, что создает у ребёнка чувство страха, тревоги и неуверенности. Ребёнок начинает воспринимать мир как враждебный и непостоянный. Терроризированием являются не только угрозы физической расправой со стороны взрослого, но и запугивание возможными враждебными действиями со стороны других лиц (например, преступников или педофилов), которые взрослый рассматривает как заботу о безопасности ребёнка.

При **игнорировании** взрослый лишает ребёнка одного из важнейших условий нормального психического развития – обратной связи со значимым взрослым (отклика взрослого на обращение ребёнка, его поведение). Игнорирование может быть следствием неадекватной педагогической тактики, эмоционального отвержения ребёнка или психической патологии родителя.

**Развращение** проявляется в том, что взрослый способствует искажённой социализации ребёнка, поощряет или прямо вовлекает в антисоциальное поведение, укрепляет проявления девиантного поведения. В

результате подобных действий подросток отвергает общепринятые моральные нормы и правила поведения, оказывается социально дезадаптированным.

Различные формы психического насилия вызывают различные ближайшие и отдаленные последствия, которые также зависят от возраста, когда ребенок пострадал от этого вида жесткого обращения.

Наиболее часто встречающимися последствиями психического насилия над детьми являются:

- отставание в психическом развитии, снижение интеллекта;
- агрессивность;
- импульсивность, недостаточная способность к контролю над собственным поведением;
- низкая самооценка и повышенная тревожность;
- неумение устанавливать доверительные, эмоционально теплые отношения;
- трудности в общении со сверстниками

В большинстве случаев психического насилия имеют место словесные оскорбления ребенка, его негативная оценка со стороны родителей или воспитателей. Неизбежным следствием такой позиции значимых взрослых становится низкая самооценка ребенка. Отсутствие эмоционального контакта с родителями вынуждает его искать альтернативные способы отреагирования эмоций: от бегства в мир фантазий до антиобщественного поведения и агрессии, направленной либо на окружающих, либо на себя. Однако таким путем не всем детям удастся стабилизировать своё эмоциональное состояние, поэтому у них нередко встречаются аффективные нарушения (депрессия, тревога).

Психическое насилие является составным элементом всех форм жестокого обращения с детьми. В связи с этим нарушения поведения, связанные с эмоциональными расстройствами, (безразличие и апатия, низкая

успеваемость и плохая концентрация внимания, кражи и агрессия и др.) могут встречаться у детей, пострадавших от разных форм жестокого обращения. Чувства и поведение взаимосвязаны и взаимообусловлены. Поведение может вызывать определённые чувства, но эти же чувства могут вызвать определенное поведение, в результате чего возникает замкнутый круг, движение по которому ведёт к нарастанию поведенческих и эмоциональных расстройств, углублению социальной дезадаптации ребёнка.

Эмоционально тёплые отношения ребёнка с родителями или лицами, их заменяющими, (особенно в первые годы жизни) являются важнейшим условием для его нормального психического и физического развития. Недостаток или отсутствие такой эмоциональной поддержки, психическое насилие вызывают существенные психические и поведенческие расстройства, которые будут проявляться много лет спустя в последующие возрастные периоды. Нередко эти дети, вырастая, оказываются плохими родителями, не могут установить эмоционально тёплые отношения с собственными детьми.

### **1.3. Сексуальное насилие**

Лишь сравнительно недавно было признано, что сексуальное насилие над детьми часто встречается в современном обществе. Важнейшим последствием этого стало развитие системы учреждений для оказания психологической помощи жертвам сексуальных преступлений и облегчение пострадавшим обращения за помощью.

В ряде зарубежных стран, например, США и Великобритании, сексуальное насилие над детьми рассматривается как одна из важнейших социальных проблем. Об этом свидетельствует то внимание, которое уделяется этой форме жестокого обращения с детьми в средствах массовой информации, огромное число научных публикаций по данной проблеме, проведение многочисленных международных конференций, а также



принятие специальных законов, направленных на защиту детей от сексуального насилия и сексуальной эксплуатации.

Постепенно меняется отношение к сексуальным посягательствам в отношении детей и в нашей стране. В настоящее время признаётся, что сексуальные преступления в отношении детей встречаются значительно чаще, чем было принято считать ранее. Однако на уровне конкретного факта, а не в масштабах социального явления, специалистам, работающим с детьми, сотрудникам правоохранительных органов бывает трудно поверить в то, что ребёнок был длительное время вовлечен в сексуальные отношения с собственным отцом, отчимом, другим родственником, со школьным учителем или воспитателем детского дома. Значительно проще объяснить признание ребёнка его склонностью к фантазированию, лживостью или другими обстоятельствами. Именно поэтому обращение в правоохранительные органы с заявлением о совершении сексуального преступления в отношении ребёнка, если потерпевшему не были нанесены телесные повреждения, нередко заканчивается отказом в возбуждении уголовного дела после проведения формальной проверки. Это свидетельствует о том, что изменения отношения к сексуальному насилию над детьми в профессиональном сознании значительной части сотрудников правоохранительных органов ещё не произошло. Сложившееся положение отчасти связано с ограниченным числом публикаций в научной литературе о проявлениях и последствиях сексуального насилия над детьми. Авторами многих из этих публикаций являются судебные психиатры, для которых наиболее значимы вопросы оценки достоверности показаний потерпевшего, а не диагностики и идентификации сексуального насилия.

Очень часто сексуальные посягательства в отношении детей происходят без применения физической силы или угроз, то есть без применения насилия в традиционном для уголовного права понимании. Это связано с тем, что целью взрослого является вовлечение ребёнка в

сексуальные отношения, а не причинение физических или душевных страданий, отреагирование отрицательных эмоций или демонстрация власти и контроля, как в случаях физического или психического насилия. В связи с этим более точным является термин «сексуальное злоупотребление», а не «сексуальное насилие». Однако понятие «сексуальное насилие» широко используется в литературе, поэтому нет необходимости заменять его понятием «сексуальное злоупотребление», следует лишь не забывать о том, что далеко не всегда сексуальные посягательства связаны с использованием силы или угроз.

Под сексуальным насилием следует понимать вовлечение ребёнка взрослым в совершение действий сексуального характера с помощью насилия, угроз или путём злоупотребления доверием (с использованием беспомощного состояния), что причинило вред его физическому или психическому здоровью либо нарушило психосексуальное развитие ребёнка.

В Российской Федерации отсутствуют достоверные статистические данные о числе сексуальных преступлений в отношении детей, а репрезентативные выборочные исследования не проводятся.

Косвенным показателем распространённости сексуального насилия могут быть приводимые в докладе «О положении детей в Российской Федерации» данные о заболеваемости детей венерическими болезнями, о числе беременностей и абортов у девушек.

В 2006 г. в Российской Федерации число абортов у девочек до 15 лет составило 1,1 тыс. (против 1,9 тыс. в 2002 г.), а у девушек 15-17 лет – 161,2 тыс. (против 200,7 тыс. в 2002 г.). Несмотря на происходящее в последние годы снижение числа абортов у девочек, каждый десятый аборт в России производится несовершеннолетней. В целом в Российской Федерации уровень подростковой беременности составляет 80 на 1 тыс. девушек в возрасте 15-19 лет, тогда как в странах Европы он в 3-7 раз ниже. В 2008 г.

матерями, моложе 18 лет было рождено около 33 тыс. детей, что на 20 тыс. меньше, чем в 1995 г.

Ребёнок, не имеющий опыта сексуальных отношений, не будет вовлекать или принуждать к вступлению в подобные отношения своих сверстников. У детей дошкольного или младшего школьного возраста опыт сексуальных отношений может появиться только в результате сексуального насилия. Поэтому еще одним свидетельством значительной распространенности сексуальных посягательств в отношении детей можно считать увеличение числа случаев насильственных сексуальных контактов между детьми 7-10 лет. Подобные факты всё чаще становятся причиной обращения за психологической помощью родителей как пострадавших, так и «насилльников».

Сексуальное насилие в отношении детей может быть однократным, повторяющимся несколько раз и длительным, происходящим в течение нескольких лет. Столь же многообразными могут быть и формы действий сексуального характера, в которые был вовлечен ребёнок. Отмеченные обстоятельства редко учитываются при изучении сексуального насилия в отношении детей. Интересны данные, полученные в Великобритании А. Бейкер и С. Дункан, которые установили, что в возрасте до 16 лет сексуальным посягательствам подверглись 11% опрошенных (12% женщин и 10% мужчин). 63% пострадавших подверглись насилию однократно и 37% - многократно (в 23% случаев насилие со стороны одного и того же лица повторялось несколько раз, а в 13% случаев повторное насилие совершалось разными лицами).

Можно отметить высокую распространенность (более 1/3) повторных сексуальных посягательств, которые приводят к развитию у детей выраженных психологических и поведенческих нарушений. В тех случаях, когда повторное насилие совершалось разными лицами, можно говорить о виктимизации ребёнка, возникновении у него особенностей поведения,

существенно повышающих риск повторного насилия. Среди повторных сексуальных посягательств преобладали противоправные сексуальные контакты с одним и тем же лицом. Это обстоятельство отражает, во-первых, зависимость ребёнка от насильника, ограниченные возможности жертвы получить помощь и, во-вторых, стойкость нарушений сексуального влечения у педофилов. В 39% случаев жертва была знакома с насильником, а в 13% случаев насилие было совершено одним из членов семьи. В 51% случаев насилие не сопровождалось физическим контактом между взрослым и ребёнком (включало демонстрацию порнографических материалов, непристойные разговоры и шутки), телесный контакт без полового сношения имел место в 33% случаев, половое сношение отмечалось только в 5% случаев.

Таким образом, по результатам выборочных социологических исследований наиболее травматичные формы сексуального насилия встречаются значительно реже, чем развратные действия. Это противоречит данным уголовной статистики, согласно которым преобладают именно тяжёлые формы сексуальных посягательств в отношении детей. Отмеченное противоречие объясняется тем, что большинство нетяжёлых сексуальных преступлений против детей уголовной статистикой не фиксируются, поскольку родители потерпевших не обращаются в правоохранительные органы.

В основу классификаций частных форм сексуального злоупотребления могут быть положены разные признаки. Так, К. Хоббс и соавторы выделяют следующие формы сексуального злоупотребления в отношении детей.

*Внутрисемейное* насилие – сексуальные посягательства со стороны ближайших кровных родственников (родители, братья сестры); лиц, заменяющих родителей (усыновители опекуны, попечители); лиц, выполняющих функции родителей (муж или сожитель матери, жена или сожительница отца); близких родственников (дяди, тёти, прародители,

двоюродные братья или сёстры), с которыми ребёнок вместе проживает или часто общается. Все эти взрослые авторитетны для ребёнка, он привязан к ним и находится в жёсткой зависимости от них.

*Внесемейное* насилие включает сексуальное злоупотребление со стороны взрослых, хорошо известных ребёнку, например: друзей семьи, соседей, дальних родственников или педагогов. Поскольку эти лица известны ребёнку, он доверяет им и не воспринимает их как возможный источник опасности.

Внесемейное сексуальное насилие может иметь групповой характер. Под групповым сексуальным насилием понимается создание педофилом устойчивой группы детей, часть из которых вовлекается в сексуальные отношения. При всём многообразии форм подобных групп (общественная организация, спортивная секция, кружок, студия и т.п.) основной целью их создания являются сексуальные контакты взрослого с детьми, поэтому все подобные группы имеют следующие общие черты:

- безусловный авторитет (власть) харизматического лидера группы;
- жёсткая иерархическая структура группы, которая связывает авторитет и власть любого члена группы с его близостью к лидеру;
- наличие секретов, известных только посвящённым, что приводит к отсутствию у большинства членов группы информации о характере отношений в кругу избранных;
- жёсткая дисциплина, обязательность требований вышестоящего члена группы для нижестоящих;
- старшие подростки, утратившие привлекательность для лидера как сексуальные партнеры, имеют возможность вовлекать в сексуальные отношения младших членов группы;
- широкое использование ритуалов, убеждение членов группы в их избранности, что обуславливает закрытость группы от внешнего контроля;

- сохранению в тайне сексуальных контактов лидера с членами группы способствует не только авторитет лидера, но и давление со стороны подростков, входящих в его окружение; любое распространение информации о сексуальных отношениях между членами группы рассматривается как предательство и осуждается;

- подчёркнутая доброжелательность и любовь к детям, демонстрируемая лидером во время публичных выступлений и в средствах массовой информации;

- активное привлечение в группу детей из неблагополучных семей, у которых отсутствуют доверительные отношения с родителями и родители которых не интересуются жизнью своих детей;

- особые отношения, существующие в группе (жесткий контроль, закрытость, превознесение лидера), выдаются за педагогические новации.

*Уличное* насилие – сексуальные посягательства со стороны незнакомых лиц или случайных знакомых. Эту форму насилия отличает внезапность нападения, использование физической силы или угроз для подавления сопротивления ребёнка.

*Институциональное* насилие включает сексуальные посягательства, являющиеся проявлениями дедовщины, когда сексуальное насилие используется для демонстрации власти и контроля, построения иерархических отношений в коллективе. Эта форма сексуальных посягательств характерна для закрытых детских коллективов.

Сексуальное насилие является одним из наиболее опасных видов жестокого обращения, поскольку нередко вызывает тяжёлые, сохраняющиеся длительное время психические и поведенческие нарушения. Последствия сексуального насилия усугубляются тем, что оно часто сочетается с физическим и психическим насилием, Психологические последствия сексуального насилия разделяют на ближайшие и отдалённые.

Ближайшие последствия перенесенного насилия проявляются эмоциональными (сниженное настроение, тревога), когнитивными (навязчивые воспоминания о случившемся), поведенческими (нанесение самоповреждений) и вегетативными (нарушение сна и аппетита) расстройствами. По механизму возникновения ближайшие психологические последствия сексуального насилия являются острой реакцией на психическую травму (стресс). К когнитивным нарушениям относятся нередко возникающие у детей, переживших сексуальное насилие, трудности сосредоточения, повышенная утомляемость, следствием которых у школьников становится снижение успеваемости.

Отдалённые последствия перенесённого в детстве сексуального насилия развиваются постепенно и могут сохраняться длительное время (в подростковом и в зрелом возрасте). Бриер и Рунтц предложили следующую классификацию отдалённых психологических последствий сексуального насилия:

- нарушения сексуального поведения;
- трудности при воспитании детей;
- психические расстройства;
- асоциальное поведение.

Наиболее разнообразны нарушения сексуального поведения, которые могут включать:

- сексуализированное поведение (расторженность сексуального влечения, не свойственные возрасту сексуальные контакты с детьми и взрослыми);
- нарушения полового влечения по объекту (гомосексуализм, педофилия) или способу удовлетворения (садизм, мазохизм);
- неспособность к стабильным и длительным сексуальным отношениям (промискуитет или проституция);

- настороженное отношение к представителям противоположного пола, страх близких отношений, отвращение к сексуальным контактам, фригидность, аноргазмия.

Если сексуальное насилие продолжается длительное время, то у ребёнка формируется комплекс психологических и поведенческих нарушений, направленных на адаптацию к существованию в этих условиях. Указанный комплекс, являющийся с точки зрения современной психиатрии специфическим адаптационным расстройством, в англоязычной литературе называется синдромом аккомодации. Проявления синдрома аккомодации нельзя считать психической нормой, однако необходимо понимать, что это – естественная реакция ребёнка на существование в экстремальных условиях, реакция, которая позволяет ему минимизировать вред, связанный с сексуальным насилием. В той форме, в которой синдром аккомодации описан Summit, он возникает только в тех случаях, когда сексуальные контакты со взрослым происходят вопреки воле ребёнка и для достижения своих целей преступник использует принуждение, психические или физическое насилие. Если же взрослый, используя доверие и привязанность ребёнка, добивается того, что ребёнок получает сексуальное удовлетворение от совершаемых с ним действий, то типичного синдрома аккомодации не формируется, поскольку отсутствуют события, воспринимаемые ребёнком как психическая травма.

В развитии синдрома аккомодации можно выделить пять последовательных этапов: секретность, беспомощность, приспособление, раскрытие и восстановление. Если факт насилия не выявляется, то два последних этапа не развиваются. Наиболее яркие нарушения, входящие в синдром аккомодации, проявляются при внутрисемейном сексуальном насилии.

При отсутствии настороженности специалистов, работающих с детьми, необходимой для раннего выявления детей, подвергающихся сексуальному



насилию, что характерно для Российской Федерации, причиной проведения целенаправленной проверки семьи правоохранительными органами или органами опеки и попечительства чаще всего служит признание ребёнка. При возникновении достаточных подозрений о возможности сексуального насилия психолог, работающий с ребёнком, может принять меры, направленные на побуждение ребёнка рассказать о случившемся. При этом следует понимать, что заставить ребёнка рассказать о значимых для него обстоятельствах вопреки его воле чрезвычайно сложно, а чрезмерное усердие психолога или родителей может заставить ребёнка признаться в том, чего никогда не было. Отметим, однако, что практика помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения, свидетельствует о том, что дети крайне редко ложно обвиняют близких для них людей в сексуальном насилии.

Признание ребёнка – это процесс, в ходе которого у ребёнка формируется мотивация рассказать о перенесённом насилии специалисту или значимому взрослому. Признание происходит тогда, когда мотивация сообщить о произошедшем и изменить ситуацию оказывается сильнее мотивации сохранить происходящее в тайне, не менять ситуацию и избежать возможных негативных последствий раскрытия насилия. Чем меньше ребёнок понимает специфический характер совершённых с ним действий, чем в более обыденной обстановке они происходят, тем меньшую роль играет борьба мотивов.

**Поведенческие признаки**, свидетельствующие о возможном сексуальном насилии, зависят от возраста ребёнка.

*Дошкольники:*

- сексуализированное поведение, сексуально окрашенные игры;
- открытая мастурбация, введение посторонних предметов себе во влагалище или в прямую кишку;
- нарушения сна и аппетита;

- отказ общаться или оставаться наедине с определённым взрослым;
- регресс в психическом развитии;
- немотивированная агрессия.

*Младшие школьники:*

- сексуализированное поведение, сексуально окрашенные игры со сверстниками или прямое вовлечение их в действия сексуального характера;
- немотивированная тревога или сниженное настроение;
- снижение успеваемости;
- отказ или нежелание возвращаться домой из школы;
- рисунки откровенно сексуального содержания.

*Подростки:*

- раннее начало половой жизни со сверстниками или подростками старшего возраста;
- сексуальное насилие в отношении сверстников или детей младшего возраста;
- использование одежды, полностью закрывающей тело, отказ посещать уроки физкультуры, бассейн, пляж или другие места, где необходимо снимать верхнюю одежду;
- злоупотребление психоактивными веществами, занятие проституцией.

В последние годы всё чаще встречаются сексуальные посягательства в отношении мальчиков-подростков со стороны сверстников или подростков старшего возраста в так называемых организованных коллективах (интернатные учреждения, летние лагеря). В этих случаях для принуждения потерпевшего к вступлению в сексуальные отношения используются физическая сила и угрозы. В большинстве случаев насилие носит повторяющийся характер: в летних лагерях – 1-3 эпизода, в интернатных учреждениях – от нескольких недель до 1-2 лет. Несмотря на очевидный сексуальный характер, подобные посягательства зачастую не направлены на

удовлетворение сексуальной потребности насильников. Их целью является выстраивание иерархических отношений в группе, повышение социального статуса насильника путем «опускания» потерпевшего, что характерно для криминальной субкультуры. Возрастание числа подобных посягательств свидетельствует о всё более широком распространении в современном российском обществе криминальной субкультуры.

#### **1.4. Пренебрежение основными нуждами ребёнка**

Пренебрежение основными нуждами ребенка – отсутствие со стороны родителей или лиц, их заменяющих, элементарной заботы о ребенке, в результате чего нарушается его эмоциональное состояние или появляется угроза для здоровья или развития.

Недостаток в удовлетворении основных потребностей ребенка может включать: отсутствие адекватного возрасту и потребностям ребенка жилья, образования, питания, одежды, медицинской помощи (включая отказ от лечения ребенка); отсутствие должного внимания или заботы, в результате чего ребенок подвергается риску быть жертвой несчастного случая, нанесения повреждения, вовлечения в употребление алкоголя, наркотиков, в совершение преступлений и т. п. Недостаток заботы о ребенке может быть не предумышленным, а обусловленным болезнью, бедностью, невежественностью или неопытностью, чрезмерной занятостью родителей, следствием стихийных бедствий, социальных потрясений.

Недостаточность заботы о ребенке и пренебрежение его нуждами чаще встречаются в семьях с выраженными материальными проблемами. Однако, несмотря на то, что многие дети из таких семей страдают от нехватки одежды, еды, сладкого и т.п., во многих малообеспеченных семьях этот дефицит может компенсироваться теплотой, заботой, участием. В противном случае дефицит внимания со стороны родителей приводит к тому, что ребенок развивается в эмоционально и информационно бедной среде, им никто специально не занимается, а сам ребенок не способен обеспечить себе

необходимые условия для нормального развития.

Дети из таких семей часто либо с очень раннего возраста помещаются в круглосуточные ясли, детские сады, санатории и т.п., либо вовсе не посещают дошкольные учреждения, так как родители не способны регулярно отводить и забирать их, следить за внешним видом, удовлетворять требованиям детского учреждения, оплачивать пребывание в нем. Нехватка внимания и заботы зачастую приводит к задержкам физического и психического развития, которые, как правило, обнаруживаются в момент поступления ребенка в школу.

В этих случаях обычно оказывается, что ребенок не готов начать обучение в школе. Кроме того, многие дети из неблагополучных семей в силу разных причин не начинают обучение в школе вовремя. Иногда это связано с отсутствием необходимых документов (прописки, документов на ребенка и др.), иногда — с нежеланием ребенка посещать школу (родители не настаивают), иногда родителям просто «не до ребенка». Часто при начале обучения впервые определяются задержки в интеллектуальном развитии, преимущественно вызванные социально-педагогической запущенностью.

Если ребенок поступает в школу позже обычного возраста, он подвергается насмешкам детей, в кругу сверстников начинает остро чувствовать материальное неблагополучие своей семьи, что способствует его адаптации к школьной жизни. При более благоприятных обстоятельствах ребенок начинает учиться вовремя, но зачастую его все равно ожидают трудности:

- ему трудно усваивать учебный материал в связи с невысоким уровнем общего развития или неврологическими проблемами;
- он физически ослаблен и часто пропускает занятия по болезни;
- его дразнят за внешний вид (плохая одежда, неприятный запах и т.п.);
- его ругают за плохое поведение (трудности самоконтроля, двигательная расторможенность, повышенная утомляемость от занятий и др.);

- он не пользуется поддержкой учителя;
- его наказывают дома за плохие отметки и за вызовы родителей в школу;
- он начинает прогуливать уроки;
- в связи с неуспеваемостью его могут оставить на второй год либо перевести в коррекционный класс.

Все перечисленные трудности способствуют тому, что он будет чувствовать себя в школе несостоятельным и частично или полностью «выпадет» из процесса обучения. У ребенка формируется стойкий негативизм к школе и любому обучению вообще. Как правило, снова возникает вопрос об интеллектуальной полноценности ребенка, о возможности его обучения. Хроническое чувство неуспешности и отвращение к школе приводят к тому, что в качестве альтернативного варианта у ребенка остается пребывание дома или в уличной компании.

Социально-педагогическая запущенность является одним из видов неправильного обращения с ребенком, в частности, многими авторами она квалифицируется как *neglect* – пренебрежение нуждами ребенка, непредоставление ему возможностей развиваться, получать образование.

При этом если дети, пострадавшие от других видов насилия (физического, сексуального), вызывают сочувствие окружающих, то дети с социально-педагогической запущенностью, как правило, отвергаются, их часто ругают, над ними смеются и т.п., что способствует снижению и без того невысокой самооценки и еще больше обостряет школьные проблемы.

Помощь таким детям оказывать очень трудно в силу переплетенности разных проблем: сформированного у ребенка недоверия к окружающим, нарушенной мотивации к продуктивной деятельности и привычного чувства своей несостоятельности.

## **2. Последствия жестокого обращения с детьми**

Жестокое обращение, насилие, преступные посягательства по отношению к детям имеют разного рода последствия.

Степень тяжести последствий перенесённого насилия зависит от тяжести самого насилия. Различают ближайшие и отдалённые последствия жестокого обращения и невнимательного отношения к детям.

К ближайшим последствиям относят физические травмы, повреждения, появление рвоты, головные боли, потерю сознания, кровоизлияние в глазные яблоки, характерные для синдрома сотрясения, развивающегося у маленьких детей, которых сильно трясут. К ближайшим последствиям также относят острые психические нарушения в ответ на любой вид насилия. Эти реакции могут проявляться в виде ответной агрессии, возбуждения, стремления куда-то бежать, спрятаться, либо в виде глубокой заторможенности, внешнего безразличия. Однако в обоих случаях ребёнок охвачен острейшим переживанием страха, тревоги и гнева. У детей старшего возраста возможно развитие тяжёлой депрессии с чувством собственной ущербности, неполноценности.

Среди отдалённых последствий жестокого обращения с детьми выделяются нарушения физического и психического развития ребёнка, различные соматические заболевания, личностные и эмоциональные нарушения, социальные последствия.

*Нарушения физического и психического развития.* У большинства детей, живущий в семьях, в которых применяются тяжёлые физические наказания, эмоциональное или другие виды насилия, имеются признаки задержки физического и нервно-психического развития. Дети, подвергшиеся жестокому обращению, часто отстают в росте, массе или и в том и другом от своих сверстников. Они позже начинают ходить, говорить, реже смеются, они значительно хуже успевают в школе, чем их одноклассники. У таких детей часто наблюдаются «дурные привычки»: сосание пальцев, кусание ногтей, раскачивание, занятие онанизмом. Да и внешне дети, живущие в условиях пренебрежения их интересами, физическими и эмоциональными нуждами, выглядят иначе, чем дети, живущие в нормальных условиях: у них

припухлые, «заспанные» глаза, бледное лицо, всклокоченные волосы, неопрятность в одежде, другие признаки гигиенической запущенности – педикулез, сыпи, плохой запах от одежды и тела.

*Различные заболевания как следствие жестокого обращения.*  
Заболевания могут носить специфический для отдельного вида насилия характер. Например, при физическом насилии имеются повреждения частей тела и внутренних органов различной степени тяжести, переломы костей и др. При сексуальном насилии могут быть заболевания, передающиеся половым путем, СПИД, острые и хронические инфекции мочеполовых путей, травмы, кровотечения из половых органов и прямой кишки, разрывы прямой кишки и влагалища, выпадение прямой кишки.

Независимо от вида и характера насилия у детей могут наблюдаться различные заболевания, которые относятся к психосоматическим: ожирение или наоборот, резкая потеря веса, что обусловлено нарушением аппетита. При эмоциональном насилии нередко бывают кожные сыпи, аллергическая патология, язва желудка; при сексуальном насилии - необъяснимые (если никаких заболеваний органов брюшной полости и малого таза не обнаруживается) боли внизу живота. Часто у детей развиваются такие нервно-психические заболевания, как тики, заикание, энурез, энкопорез, некоторые дети поступают в отделения неотложной помощи по поводу случайных травм, отравлений.

*Психические особенности детей, пострадавших от насилия.*  
Практически все дети, пострадавшие от жестокого обращения и пренебрежительного отношения, пережили психическую травму, в результате чего они развиваются дальше с определёнными личностными, эмоциональными и поведенческими особенностями, отрицательно влияющими на их дальнейшую жизнь.

Дети, подвергшиеся различного рода насилию, сами испытывают гнев, который чаще всего изливают на более слабых: младших по возрасту детей,

на животных. Часто их агрессивность проявляется в игре, порой вспышки их гнева не имеют видимой причины.

Некоторые из них, напротив, чрезмерно пассивны, не могут себя защитить. И в том, и в другом случае нарушается контакт, общение со сверстниками. У заброшенных, эмоционально депривированных детей стремление любым путем привлечь к себе внимание иногда проявляется в виде вызывающего, эксцентричного поведения.

Дети, пережившие сексуальное насилие, приобретают несвойственные возрасту познания о сексуальных взаимоотношениях, что проявляется в их поведении, в играх с другими детьми или с игрушками. Даже маленькие, не достигшие школьного возраста дети, впоследствии сами могут стать инициаторами развратных действий и втягивать в них большое число участников.

Наиболее универсальной и тяжелой реакцией на любое, а не только сексуальное, насилие является низкая самооценка, которая способствует сохранению и закреплению психологических нарушений, связанных с насилием. Личность с низкой самооценкой переживает чувство вины, стыда, для неё характерны постоянная убежденность в собственной неполноценности, в том, что «ты хуже всех». Вследствие этого ребёнку трудно добиться уважения окружающих, успеха, общение его со сверстниками затруднено.

Чувствуя себя несчастными, обездоленными, приспособившись к ненормальным условиям существования, пытаясь найти выход из создавшегося положения, дети сами могут стать шантажистами. Это, в частности, относится к сексуальному насилию, когда в обмен на обещание хранить секрет и не ломать привычной семейной жизни, дети вымогают у взрослых насильников деньги, сладости, подарки.

Среди этих детей, даже когда они становятся взрослыми, отмечается высокая частота депрессий. Это проявляется в приступах беспокойства,



безотчетной тоски, чувстве одиночества, в нарушениях сна. В старшем возрасте, у подростков, могут наблюдаться попытки покончить с собой или завершённые самоубийства.

### *Социальные последствия жестокого обращения с детьми*

Можно выделить два проявляющихся одновременно аспекта этих последствий: вред для жертвы и для общества.

Дети и подростки являются наиболее уязвимой, незащищённой частью нашего общества. Жестокое обращение с ними, пренебрежение их интересами не только наносят непоправимый вред их здоровью, и физическому и психическому, но также имеют тяжёлые социальные последствия. Результаты криминологических и психологических исследований показывают, что в силу особенностей возраста, личностной несформированности и незащищенности несовершеннолетние обладают повышенной виктимностью – субъективной предрасположенностью стать при определённых обстоятельствах жертвой преступлений.

Дети, пережившие любой вид насилия, испытывают трудности социализации: у них нарушены связи с взрослыми, нет соответствующих навыков общения со сверстниками, они не обладают достаточным уровнем знаний и эрудицией, чтобы завоевать авторитет в школе, и др. Решение своих проблем дети-жертвы насилия зачастую находят в криминальной, асоциальной среде, а это сопряжено с формированием у них пристрастия к алкоголю, наркотикам, они начинают воровать и совершать уголовно наказуемые действия.

Ребёнок, явившийся жертвой жестокого обращения, не усваивает норм социально положительных отношений в общении с людьми, не может в дальнейшем должным образом приспособиться к жизни, создать семью, жестоко относится к своим детям, легко решается на применение насилия к другим людям, доведённый до крайней степени унижения, превращается из жертвы в преступника.

Любой вид насилия формирует у детей и подростков такие личностные и поведенческие особенности, которые делают их малопривлекательными и даже опасными для общества.

Девочки нередко начинают заниматься проституцией, у мальчиков может нарушаться половая ориентация. И те, и другие впоследствии испытывают трудности при создании собственной семьи, они не могут дать своим детям достаточно тепла, поскольку не решены их собственные эмоциональные проблемы.

Насилие и преступные посягательства по отношению к детям влечёт огромные общественные потери. Это, прежде всего, потери человеческих жизней в результате убийств детей и подростков или их самоубийств, это потери в их лице производительных членов общества вследствие нарушения их психического и физического здоровья, низкого образовательного и профессионального уровня, криминального поведения. Это потери в их лице родителей, способных воспитать здоровых в физическом и нравственном отношении детей. Наконец, это воспроизводство жестокости в обществе, поскольку бывшие жертвы сами часто становятся насильниками.

Опыт насилия в детстве в некоторых случаях приводит к ранней и глубокой интериоризации паттерна отношений «насильник – жертва», к фиксации этого паттерна на физиологическом уровне с последующей трансформацией базовых потребностей, которые могут оформиться в таких психических и поведенческих расстройствах, как садомазохизм и серийные убийства.

#### *Правонарушения и преступления подростков как последствия насилия*

Дети, живущие в семьях группы риска, вынуждены сами заботиться об удовлетворении своих потребностей, порой избирая для этого противоправные действия. Испытав на себе жестокое обращение и насилие, дети и подростки сами совершают насилие, им свойственна агрессия,

антисоциальное и неконтролируемое поведение, и как результат - они оказываются на скамье подсудимых.

Результаты исследования Кочетковой С.В. вынуждают сделать не очень утешительный прогноз развития ситуации на ближайшее будущее. В связи с ухудшением социально-экономической обстановки в стране практически неизбежен рост числа семейно-бытовых конфликтов и как следствие этого - проявление насилия в семье. Причём значительная часть правонарушений, связанных с насилием и направленных на членов семьи, может носить скрытый характер. На поверхности, скорее всего, будут наиболее тяжкие из них, т.е. преступления против жизни и здоровья, требующие вмешательства правоохранительных органов. Такой вид насилия в семье, как эмоциональное насилие, труднее выявить.

Социологические исследования свидетельствуют о том, что несовершеннолетние преступники, как правило, вырастают в семьях, которые отличает низкий уровень материальной обеспеченности, частые конфликты, родительский алкоголизм, напряжённые отношения между членами семьи. Пострадавшие от насилия дети рано приобщаются к употреблению алкоголя и наркотиков, легко становятся участниками криминальных акций. Бывшие жертвы превращаются в насильников, и происходит процесс воспроизводства жестокости. Данные зарубежных исследований показывают, что 90% заключённых, осуждённых за насильственные преступления, подвергались в детском возрасте различным формам жестокого обращения.

Данные приведённых исследований показывают, что последствия жестокого обращения, насилия, преступных посягательств в отношении детей и подростков оказываются крайне тяжёлыми и часто неустраняемыми. В отношении детей данной категории требуется системная, кропотливая, сложная профессиональная работа с целью их социально-психологической реабилитации.

### **3. Методы и технологии социально-педагогической реабилитации детей, пострадавших от жестокого обращения**

Социально-педагогическая реабилитация – это система воспитательного характера, направленная на формирование личностных качеств, значимых для жизнедеятельности ребёнка, активной жизненной позиции ребёнка, способствующих интеграции его в общество, направленная на овладение необходимыми умениями и навыками по самообслуживанию, положительными социальными ролями, правилами поведения в обществе, на получение необходимого образования.

В реальной практике современных школ многочисленные социально-педагогические задачи, которые должна решать социальная служба, объединяющая профессиональных специалистов разного профиля, как правило, возложены на одного работника – социального педагога, который организует, направляет, координирует деятельность по оказанию помощи детям, подвергшимся насилию и преступным посягательствам. Поэтому реабилитация таких детей в образовательных учреждениях координируется социальным педагогом при участии администрации, педагогического коллектива, психолога, медицинского работника.

Существенные изменения в деятельность школы вносит и необходимость *охраны и защиты прав несовершеннолетних*, которые теперь закреплены законодательно. Школа должна не только отвечать за соблюдение прав ребёнка в своих стенах, но и представлять его интересы при необходимости вмешательства в условия и обстоятельства его воспитания. Функции такого представительства требуют юридической грамотности и навыков общения с правоохранительными органами и другими институтами государства. Естественно, что первым кандидатом на роль ходатая по делам несовершеннолетних от имени школы является социальный педагог, которому администрация делегирует соответствующие полномочия.

Согласно закону, ребёнок имеет право на жизнь и воспитание в семье, однако он не должен быть заложником любых её обстоятельств. Школа, как правило, лучше других видит отрицательные последствия дурного обращения с ребёнком дома, поэтому именно от неё ждут своевременных сигналов о необходимости вмешательства в семейные отношения. И хотя известно, что дети привязаны даже к плохим родителям, в то же время опыт убеждает, что не следует постоянно откладывать передачу ребёнка в приёмную, опекунскую или попечительскую семью, дожидаясь, пока разрушения личности несовершеннолетнего сделают этот шаг абсолютно необходимым. Есть много вариантов совместить приёмную семью с родной, не травмируя психику ребёнка. Вмешательство в семейные отношения может быть не обязательно грубым, особенно если оно своевременно и инициировано образовательным учреждением, а не полицией.

Право на «достойное» или «надлежащее» воспитание, свободное от «небрежного обращения», «пренебрежения», «отсутствия заботы», «жесткого, бесчеловечного или унижающего обращения» гарантируется каждому ребёнку международными правовыми актами и отечественным законодательством. Причём, согласно Закону Российской Федерации «О системе профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (1999), органы и учреждения образования входят в указанную систему как одни из гарантов этого права. В конкретном образовательном учреждении выполнение соответствующих обязанностей возлагается на социального педагога. Именно он организывает взаимодействие с другими субъектами системы: органом опеки и попечительства, комиссией по делам несовершеннолетних и защиты их прав, учреждениями социальной защиты населения и др.

Социально-педагогическая реабилитация связана не только с преодолением семейных репрессий, школьных нажимов, случаев насилия в среде сверстников, социальной дискриминацией несовершеннолетних, но и с

изменением представлений ребёнка о самом себе – его Я-концепции. Она осуществляется на личностном уровне с учётом индивидуально-психологических свойств ребёнка. Важнейшими задачами данной реабилитации являются:

- 1) изменение условий среды, в которой у ребёнка появились нежелательные формы поведения или реагирования;
- 2) «расшатывание равновесия» с неблагоприятной для него средой;
- 3) подбор индивидуально приемлемой среды воспитания и адаптация её применительно к природе ребёнка;
- 4) создание «поля возможностей» личности, индивидуального и социального пространства, помогающего развить скрытые возможности ребёнка;
- 5) восстановление общности интересов и потребностей ребёнка с первичным коллективом, семьёй и средой неформального общения, преодоление и компенсация культурных ограничений в поведении ребёнка;
- 6) создание с учётом возрастной специфики и индивидуальных отличий ребёнка таких условий, которые бы обеспечивали наилучшие формы прохождения жизни индивида, сочетались с его природой активности и др.

Социально-педагогическая реабилитация детей, подвергшихся жестокому обращению и преступным посягательствам, предполагает ряд мероприятий, направленных на дополнительные занятия с ребёнком по программе общеобразовательной школы и дополнительного образования.

С целью преодоления противоречия между необходимостью внешнего вторжения в сложную жизненную ситуацию и готовностью самого индивида разрешить проблему, петербургские учёные под руководством Л.М. Шипицыной и Е.И. Казаковой разработали и апробировали особую модель взаимодействия в процессе социальной реабилитации - это модель педагогического сопровождения. Своеобразие этой модели состоит в том, что работа ведётся над созданием положительного эмоционального состояния

ребёнка, когда он пытается разрешить собственную проблему. Специалисты и сам ребёнок, его семья сосредоточивают внимание не на сложной жизненной ситуации, не на утраченных социальных связях и даже не на поведении или качествах личности, а на переживаниях ребёнка, его ощущениях, его эмоционально-волевой сфере.

Направленность реабилитационной работы на удержание собственных переживаний и чувств ребёнка в позитивном поле является важнейшим условием успеха в последующем взаимодействии специалистов с таким ребёнком. При этом могут использоваться самые разные методы взаимодействия: от хорошо известных и проверенных (вовлечение в творческие виды деятельности в учреждениях дополнительного образования, предоставление возможности санаторного оздоровления, использование института наставничества и др.) до методов, соответствующих современным реалиям и возможностям (предоставление возможности дистанционного обучения, домашнего обучения, обучение по индивидуальному плану и др.).

Социально-педагогическая реабилитация детей и подростков, подвергшихся жестокому обращению и преступным посягательствам, также может проводиться в специализированных учебно-образовательных учреждениях. В данных учреждениях необходимо учитывать психологические, личностные и психофизические возможности, с которыми поступает воспитанник.

Работа в специализированных школах имеет своё специфическое реабилитационное содержание и включает следующие условия реабилитационного процесса:

- начальный (1-3 недели) этап – это период пребывания воспитанника в школе рассматривается как первый этап социальной адаптации не к условиям режима, проживания, обучения, а как этап формирования первичных, вероятно, сначала интуитивных представлений о новой альтернативе жизни и новом альтернативном пути;

- второй важный этап – этап реальной жизни в школе. В этот период кроме обязательного обучающего воспитательного и профессионально ориентированного процесса должны в полную силу работать психологические коррекционные и психотерапевтические реабилитационные программы. Они должны помочь воспитаннику «привести в порядок свой дом», то есть в первую очередь способствовать личностному росту, развитию его «Я» в процессе переживания осмысленного нового, позитивного, эмоционально насыщенного жизненного опыта в новой школьной среде;

- третий этап реабилитационной работы – помощь в период выпуска и после возвращения выпускника в реальные условия прежней семейной, школьной, трудовой жизни, мир его прежнего общения.

На первом этапе содержание социально-педагогической реабилитации заключается в организации досуговой деятельности учеников, организации их знакомства и сплочения в пределах специализированных школ. На последнем этапе социально-педагогическая реабилитация осуществляется вне учреждения и направлена на организацию социально-психологической, правовой поддержки воспитанника при его выпуске из школы; создание спортивно-оздоровительных, трудовых лагерей с открытым содержанием воспитанников, клубов по интересам в качестве социально-психологической поддержки воспитанников и т.д.

К типу специализированных учреждений для детей и подростков, подвергшихся жестокому обращению и преступным посягательствам, можно отнести «Мобильную школу».

«Мобильная школа» строится как совокупность отдельных учебных площадок, на базе различных организаций социальной защиты. Педагогическая система каждой учебной площадки определяется контингентом учащихся и включает все ступени обучения или только некоторые из них.

Ведущая идея школы - приоритетность интересов и потребностей



ребёнка перед потребностью семьи, общества, религии и других общественных институтов.

Основной задачей «Мобильной школы» является создание условий для решения индивидуально значимых проблем детей и подростков, подвергшихся жестокому обращению и преступным посягательствам, различного возраста, которые не могут быть решены как самостоятельно, так и с помощью семьи, и оказание им реальной помощи.

«Мобильная школа» выполняет функции восстановительного обучения, готовит учащихся к продолжению образования в других учебных заведениях, возвращению их в социум, а также сотрудничает с другими учебными заведениями, обеспечивая начальное общее и основное общее образование в соответствии с государственным стандартом.

Так же социально-педагогическая реабилитация ребёнка может проводиться в условиях детского оздоровительного лагеря, но такой лагерь ближе к реабилитационным центрам, чем к любым другим детским учреждениям. Он может рассматриваться как средство реабилитации, как особое пространство, где реабилитацию можно проводить параллельно с выполнением других педагогических задач.

Успешность реабилитационной работы зависит от такого специфического феномена временного коллектива, как новизна впечатлений и деятельности. В данный коллектив могут входить такие специалисты, как социальные педагоги, социальные работники, психологи и т.д.

Социально-педагогическая реабилитация детей рассматриваемой категории предваряется, опирается и проводится параллельно с использованием целого комплекса методов психологической, психотерапевтической, социально-правовой, медицинской реабилитации. Справедливость этого положения определяется самой сутью социально-педагогической реабилитации, которая связана с индивидуально-личностными особенностями детей данной категории, предполагает

изменения в области убеждений, принципов, взглядов на мир и отношения к окружающим, предполагает формирование адекватной самооценки и положительного образа «Я». Таким образом, социально-педагогическая реабилитация детей, пострадавших от жестокого обращения и преступных посягательств, с одной стороны – самостоятельный процесс со специфическими целями и методами осуществления, с другой – вбирающий и завершающий весь комплекс медицинских, правовых, социально-психологических реабилитационных мер процесс.

Серьёзной проблемой современной школы является школьное насилие – это вид насилия, при котором по отношению к ученикам происходит применение силы со стороны учителей или других учеников. Кроме того, хоть и крайне редко, но бывает применение силы учеников по отношению к учителю. Школьное насилие, как и насилие в других сферах межличностных отношений, подразделяется на физическое и психологическое.

Под физическим насилием подразумевают применение физической силы по отношению к ученику или учителю, в результате которого возможно нанесение физической травмы. К физическому насилию относятся избиение, нанесение ударов, шлепки, подзатыльники, порча и отнятие вещей и др.

Психологическое насилие можно определить как действие, совершенное в отношении ученика или учителя, которое направлено на ухудшение эмоционального самочувствия и благополучия жертвы. К основным видам психологического насилия в школе можно отнести насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других, отторжение, изоляция, отказ от общения (с ребёнком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой, не приглашают на дни рождения и т. д.).

Обычно физическое и психологическое насилие сопутствуют друг другу и в совокупности могут быть квалифицированы как издевательства. Издевательства могут продолжаться долгое время, вызывая у жертвы длительные травмирующие переживания.

В последнее время общественность обеспокоена учащением случаев насилия в подростковой среде. Избиения и издевательства сверстников подростки часто фиксируют на видео и даже выкладывают в социальные сети. Подобные случаи становятся предметом разбирательства не только в ОВД, но и в прессе, на телевидении. Очевиден тот факт, что подростки считают, будто подобные действия не повлекут за собой каких-либо юридических последствий. В своих объяснениях они говорят о том, что жертва сама виновата, о том, что это произошло как-то само собой, от скуки, под действием алкоголя и т.д. Борьба с подобными явлениями сложно и опыт мирового сообщества показывает, что ужесточение наказаний по отношению к детям-насильникам не даёт положительного результата. Скорее всего, имеет место обратный результат, особенно если ребёнок будет осуждён и попадёт в специализированное учреждение закрытого типа. В подобных учреждениях существует своя специфическая система ценностей, иерархия, образ жизни, которые и усваивает попавший туда вновь ребёнок. В таком учреждении нет положительных образцов поведения и поэтому социализация осуждённого не может протекать полноценно.

Сегодня конфликты в школе разрешаются, как правило, на основе административных рычагов – через учителя, через руководство школы, в некоторых, особых и более сложных случаях – через руководство системой образования; в криминальных ситуациях – через правоохранительные органы. Попытка придать дополнительный импульс в использовании авторитета классного руководителя сегодня предпринята властными органами путём введения доплаты за классное руководство. Однако такое действие, очевидно, не способно повысить качество работы педагога.

Вместе с тем, в последнее время в различных регионах создаются альтернативные таким чисто административным механизмы: это и деятельность школьных психологов, и школьные службы добровольных помощников милиции, и введение поста школьного уполномоченного по правам ребёнка или по правам участников образовательного процесса (так называемого, школьного омбудсмена), и создание разнообразных школьных служб (психологических, примирения и пр.) [30].

Представляется необходимым разделение перечисленных институтов на персональные и групповые.

### *Персональные институты*

К ним относят школьного психолога и школьного уполномоченного по правам ребёнка (или по правам участников образовательного процесса). Общими можно назвать основные временные рамки направленности усилий и того и другого. Это, прежде всего, усилия, ориентированные как на решение актуальных проблем, так и содействие формированию у школьника способности к самоконтролю, самоанализу и саморазвитию – в перспективе.

Функции школьного психолога очевидны, однако, следует отметить, что в ситуации, когда количество детей в школе составляет несколько сот человек, высокого качества работы школьному психологу добиться трудно.

Школьный уполномоченный по правам ребёнка (омбудсмен) нацелен на деятельность не в психологической сфере, а в области прав. Его работа, хотя и содержит некоторые похожие элементы (например, наблюдение, мониторинг ситуации в школе или разбор случаев, касающихся чьих-то индивидуальных проблем), однако главное направление его деятельности – защита, охрана и пропаганда ценности прав ребёнка и иных участников образовательного процесса. Конечно, первичными являются в данном процессе права детей, поскольку само образовательное пространство организуется собственно для них, они являются его целевой группой. Кроме того, из всех участников процесса ребёнок является наименее защищённым субъектом.

Из сказанного выше следует, что два названных «персональных» института – школьный психолог и школьный омбудсмен – не являются фигурами альтернативными, но способны лишь дополнять друг друга, действовать в связке и партнёрстве. Только в таком случае можно рассчитывать на успех их совместной деятельности в одном учреждении.

И здесь, используя принцип дополнения, мы можем ставить задачи по расширению субъектного состава активных участников работы в области права и психологии образовательных процессов. Не стоит пугаться данных терминов: речь не о том, чтобы кардинально видоизменить правовое и психологическое содержание образовательно-воспитательного пространства в учебном учреждении.

#### *Групповые институты*

##### *Школьные службы добровольных помощников милиции*

В принципе, деятельность такого рода служб может представлять интерес, прежде всего, с точки зрения охраны правопорядка в ОУ. Задача поддержания требуемой дисциплины для беспрепятственного осуществления образовательного процесса для руководства школы является значимой. Интерес к данной деятельности проявляют и правоохранительные органы, поскольку такая работа способна снижать их нагрузку. Вместе с тем, крайне нежелательна излишняя милитаризация сознания, характерная для военизированных объединений и коллективов. Поэтому данное направление желательно и возможно развивать через деятельность таких общественных образований в разрешении возникающих в образовательном учреждении конфликтов, как, например, школьные психологические службы и школьные службы примирения.

##### *Школьные психологические службы*

Данная служба, действующая, как правило, на основе работы школьного психолога, может развиваться и становиться более заметным ресурсом, если удаётся привлечь к этой работе в качестве добровольных помощников старшеклассников. Сделать это проще, если школа имеет соответствующий специализированный профиль (гуманитарная специализация образовательного учреждения либо наличие в нём гуманитарных классов).

При этом существенное развитие могут получить не только психопрофилактическая, диагностическая, коррекционная и консультативная составляющие деятельности данной службы. Её развитие может сделать значимым и образовательно-просветительский компонент.

*Школьные службы примирения*

Поскольку внутренних конфликтов в школе много, возможно возникновение (создание) соответствующих служб, направленных на содействие примирению конфликтующих сторон. Профильной деятельностью таких служб в значительной мере являются конфликты между учениками. В этих случаях школьные службы примирения (ШСП) могут справляться силами самих учеников. Следует заметить, что полномочия представителей такого рода службы должны быть утверждены на уровне администрации школы отдельным положением или её уставом.

Значение участия школьников в деятельности подобных служб сложно переоценить. Во-первых, это собственно результаты разрешения конфликтов – восстановление миропорядка, существовавшего до конфликтного события. Во-вторых, такая работа помогает и самим ребятам более конструктивно смотреть на жизнь и облегчать собственный поиск выходов в той или иной жизненной ситуации. Дети через коммуникационные процедуры имеют возможность более детально разбираться в происходящих на их глазах событиях, анализировать причины и мотивы, которые стали основанием побудительным импульсом для того или иного поступка. В-третьих, это возможность приобретения опыта публичного обмена мнениями и впечатлениями, межличностной коммуникации, ведения дискуссии и выработки других, существенных в современной жизни навыков. Наличие такого опыта, как представляется, можно назвать одновременно и важнейшим уроком публичной демократии. Положительное влияние оказывает и прояснение ситуации, в которую попали конфликтующие стороны, без чего их дальнейшее примирение бывает серьёзно осложнено.

Кроме того, само присутствие подобных институтов, осуществляющих непрерывную, общественно значимую деятельность в образовательном учреждении, способно становиться фактором оздоровления обстановки в школе и в обществе в целом. Наконец, приобретение опыта содействия примирению может стать и первым шагом для формирования собственного представления о своём профессиональном будущем.

Вовсе не редки ситуации, когда возникают и так называемые вертикальные конфликты - между учениками и учителями. Ребёнок здесь, как правило, оказывается в более уязвимом положении, И родители в подобных ситуациях далеко не всегда могут ему помочь. В этом случае, конечно, посредником в разрешении конфликта должны становиться взрослые, специалисты (школьный психолог или заведующий по воспитательной работе). Впрочем, такой ход событий совершенно не исключает возможности проведения последующего анализа состоявшегося действия, который проводится указанным специалистом для его помощников – прежде всего, с методической целью. В случае привлечения ШСП подобные конфликты могут рассматриваться как взрослыми кураторы названных служб, так и службами в смешанном составе: взрослый и школьник. Такой состав позволяет сделать работу службы не только более авторитетной, но и заслуживающей доверие школьников, поскольку предусматривает наличие «детского представителя» при помощи в разрешении конфликта.

*Школьные институты в области прав и самоуправления*

Данное направление является пока слабо развитым в сфере российского образования, но крайне необходимым. Наиболее разработанной и апробированной, гуманистически ориентированной социальной технологией является технология общественно активных школ, предполагающая включение детей в вопросы внутренней жизни школы, в процессы управления ОУ и в активную деятельность во внешнем, ближайшем социуме. Эта технология позволяет к моменту окончания школы

приобрести ценнейший для дальнейшей жизни опыт по позитивному разрешению конфликтов, по началам управления организационными структурами и социальными процессами внутри коллектива, в области креативной социальной деятельности.

#### *Восстановительный подход в образовательных учреждениях*

Во многих школах приняты такие правила и способы реагирования учителей на конфликты, что они не помогают освоению навыков цивилизованного общения, понимания, обустройства отношений, культурных форм приобретения авторитета, так необходимых подросткам для будущей жизни. Способы разрешения конфликтов, которые практикуются учителями, чаще всего, сводятся к административным мерам, манипуляции и клеймению, что, в определённой мере затрудняет освоение и школьниками цивилизованных подходов и методов урегулирования конфликтных ситуаций. Педагоги чаще всего используют морализаторство, клеймение, формальное разрешение конфликта и угрозу наказанием. Формальное разрешение конфликтов («оба виноваты – и поэтому нужно мириться») практикуются в младшем школьном возрасте и действительно иногда срабатывают.

Но с возрастом ситуации детей становятся всё более разнообразными, возрастает количество случаев, не поддающихся стандартным формам реагирования. И в этот период дети чаще всего не получают поддержки в том, чтобы найти цивилизованный выход из создавшейся ситуации.

С 1997 года в России и странах постсоветского пространства активно распространяются идеи и технологии восстановительного правосудия. Концепция восстановительного правосудия (и шире – восстановительного подхода) разрабатывается сегодня в мире как система теоретических представлений и совокупность способов, процедур и приёмов работы, используемых в ситуации преступления и/или конфликта, в том числе связанными с насильственными действиями. В России данный подход



активно поддерживается и внедряется в практику образовательных учреждений Н.Л.Ханашвили, Р.Р.Максудовым, А.Ю.Коноваловым, Л.М.Карназовой и др.

Восстановительное правосудие (в школах это называется программами примирения) помогает людям вернуть миропорядок и возместить ущерб, причинённый конфликтами и преступлениями. Восстановительный подход в разрешении конфликтов и криминальных ситуаций с помощью медиаторов помогает реализовать важные для общества ценности; примирение конфликтующих сторон, исцеление жертв преступлений, заглаживание вреда силами обидчиков, участие в этих процессах ближайшего социального окружения.

Ядром примирительных программ (медиации, кругов, семейных конференций) являются встречи конфликтующих сторон или жертвы и правонарушителя, в ходе которых обсуждаются важные для общества и для людей способы цивилизованного выхода из конфликта или криминальной ситуации. В ходе встреч с помощью подготовленных ведущих (медиаторов) изменяются отношения между людьми: от отношений взаимного отчуждения, а, порой – ненависти, злобы и агрессии стороны шаг за шагом приходят к пониманию друг друга. Результатом такого взаимопонимания может быть принятие и реализация обязательств по заглаживанию вреда и осуществление по отношению друг к другу восстановительных действий: извинение, заглаживание вреда, понимание, прощение, принятие, то есть такие простые действия, на основе которых держится и не распадается общество.

Важнейшей ценностью и целью восстановительной медиации является работа по налаживанию взаимопонимания и «очеловечиванию» взаимоотношений. Конфликт или криминальная ситуация приводит часто к тому, что люди начинают видеть друг в друге исключительно негативные стороны, возрастает чувство недоверия и страха, ненависти или злобы.

Человек, заражаясь этими чувствами, порой не в состоянии воспринимать адекватно ни свои действия, ни действия других. Восстановительная медиация, за счёт восстановления способности понимания ситуации, проблем, намерений, целей, норм и установок, позволяет не только снять негативные представления у сторон относительно друг друга, но и способствует восстановлению доверия между людьми - ключевого элемента социального капитала.

*Восстановительные действия и совместная выработка решения.*

Ведущий таких встреч (медиатор) помогает людям выразить полностью их ситуации и донести её друг до друга таким способом, чтобы участники, узнав путём подчас многоступенчатого и многостадийного общения сущностно важные детали и подробности ситуации другого, которые были до этого скрыты от них, нашли в себе силы для обсуждения совместного решения данной проблемы. Образно говоря, медиатор строит лестницу, шагая по которой, люди узнают всё больше и больше друг о друге, и это знание помогает им справиться с ситуацией. Каждая «ступенька» этой лестницы помогает сделать шаг в сторону строительства здоровых отношений друг с другом. Важнейшими ступеньками этой лестницы являются:

- понимание своих чувств, состояний и оснований действия;
- понимание чувств, состояний и оснований действия другого человека (других людей);
- осознание совокупности обстоятельств и последствий ситуации для себя и других людей;
- восстановительные действия, позволяющие изменить отношение друг к другу;
- ответственность за изменение ситуации, совместный поиск решения и его реализация.

В различных регионах России (Москве, Пермском крае, Тюмени, Волгоградской области, Красноярске, Казани, Дзержинске, Новосибирске, Петрозаводске, Самарской области, Чебоксарах, Липецке, Кирове, Якутске, Ростовской области, Ставрополе, Архангельске, Череповце, Махачкале, Барнауле, Архангельске) произошло оформление групп общественности, а также представителей муниципальных учреждений социальной сферы и сферы образования. Данные группы реализуют восстановительную практику по уголовным делам и конфликтам с участием несовершеннолетних во взаимодействии с судами, Комиссиями по делам несовершеннолетних и защите их прав и в образовательных учреждениях.

С 2001 года восстановительный подход реализуется в образовательных учреждениях в форме школьных служб примирения. Школьные службы примирения могут стать каналом трансляции цивилизованных норм взаимоотношений между детьми через самих детей; и при этом часть детей (медиаторы) становится проводниками таких норм, используя их в ходе разрешения конфликтных ситуаций.

Таким образом, можно в первом приближении задать общественно значимую функцию школьной службы примирения. Школьная служба примирения через организацию примирительных встреч создает оппозицию таким вариантам разрешения конфликтов, как силовые способы, наказание и клеймение.

Какие же качества личности формируются с помощью школьной службы примирения, которые в настоящее время востребованы обществом и находятся в дефиците? Сегодня востребованы такие качества людей, которые позволяли бы строить и сохранять конструктивные взаимоотношения в постоянно меняющихся условиях. Это становится возможным при наличии способности к пониманию и навыкам осуществления действия посредством коммуникации. Авторитарные установки (в форме установления права сильного, наказания и клеймения)

избавляют детей от самоорганизации и делают ненужным развитие нравственных качеств личности. В школьных службах примирения сами ученики, прошедшие специальную подготовку, являются ведущими (медиаторами). Служба примирения функционирует под наблюдением взрослых. Обычно в роли кураторов выступают заместитель директора по воспитательной работе, социальные педагоги или школьные психологи. В современных условиях России возможно возложение функции куратора на школьного уполномоченного по правам ребёнка или по правам участников образовательного процесса (школьного омбудсмена). Такое сочетание, несомненно, будет способствовать большей устойчивости службы, поскольку:

- выстраивает практическое и, в то же время, социализирующее партнёрство между взрослыми и детьми, входящими в службу;

- создаёт сочетание постоянно действующего сотрудника и сменяющихся детских групп, оканчивающих школу и выходящих во взрослый мир с жизненно и социально важными практическими знаниями и навыками;

- способствует формированию иной школьной среды, не столь остро конфликтной и более благоприятной для обучения и школьного воспитания.

На наш взгляд, школам важно иметь такую программу как альтернативу существующим, прежде всего, силовым способам реагирования на конфликт. Практика показывает, что это могут быть не только известные взрослым конфликты, но и скрытые (не выносимые на взрослый уровень) конфликты внутри детских сообществ, а также конфликты детей и учителей. Программы примирения можно использовать как элемент управления конфликтами также и для работы по изменению ситуации с подростковыми группировками.

В дисциплинарной культуре взаимоотношений в школе акцент делается на сохранении порядка, и привычная реакция на конфликт или

противоправное поведение (и взрослого и ребёнка) заключается в следующем:

Событие -> расследование -> оценка (кто прав и кто не прав) -> классификация (отнесение к знакомым психологическим теориям или типу ситуации) -> совет, рекомендация, наказание или угроза наказанием.

При этом не происходит глубокого понимания ситуации, отношения между людьми часто разрушаются.

Например, если после драки обидчик пытается донести своё понимание ситуации, если он готов исправить вред и помириться, но не знает, как это сделать, часто его просто не слушают, поскольку есть привычные способы реагирования, не включающие понимание. Если стороны конфликта или криминальной ситуации не чувствуют, что справедливость восторжествовала, то они могут продолжить явно или тайно бороться за достижение справедливости, как они её понимают.

Кроме непосредственно обидчиков и жертв (или конфликтующих сторон) в ситуацию втягиваются другие люди. Во многих случаях пострадавший (жертва) получает травму, соприкасаясь с административным реагированием: непониманием, неприятием, отказом в регистрации заявления, а порой и угрозами, давлением. Это же относится к изгоям как жертвам группового давления.

Ещё одной травмирующей стороной могут являться друзья, родственники, коллеги по работе, одноклассники. Они не понимают произошедшего, они не знают, как реагировать и о чём разговаривать с пострадавшим (некоторые обвиняют, некоторые успокаивают, что ничего страшного не произошло, некоторые призывают к мести и пр.), иногда даже нет слов в языке, позволяющих выразить происходящее.

Когда родители сталкиваются с тем, что их ребёнок совершил проступок (и тем более правонарушение), им очень сложно понять и принять случившееся. Их представления о заботе и воспитании своего ребёнка испытывают тяжёлый удар: они воспитывали в нём добро, а он совершил

нечто, что не укладывается у них в голове. Они обвиняют себя или не оправдавшего их надежд ребёнка, отрицают возможность произошедшего: «наш ребёнок никак не мог такого сделать». Часто при разборе ситуации всплывают еще какие-то проступки ребёнка, на которые раньше не обращали внимания (ругань матом, курение, конфликты с учителями и пр.), что ещё усугубляет родительскую растерянность. Негативная реакция и осуждение со стороны родственников, педагогов, родителей одноклассников оставляет родителей в кольце непонимания и отчуждения, один на один со своей бедой.

Родители начинают чувствовать стыд, что они каким-то образом стали причиной насильственного поведения своего ребёнка и не понимают, как справиться с этим состоянием. Если ребёнок не прав, родители встают перед жестким выбором: встать на сторону учителей и оставить ребёнка без поддержки перед лицом взрослых, или защищать его вопреки словам учителей и получить в школе клеймо «неадекватных» родителей.

Многим родителям пострадавшего тоже бывает непросто. С одной стороны, они хотят вмешательства и быстрого решения со стороны администрации, а с другой – хотят отношения одноклассников к их ребёнку не как к ябеде, доносчику и слабаку. Но административными приказами этого не добьёшься. Некоторые хотят привлечь внимание других родителей, других учеников класса к конфликту, но чтобы при этом никто из них не обсуждал со своими детьми и не формировал негативное отношение к пострадавшему ребёнку (а это соблюсти непросто).

Сам пострадавший ребёнок тоже мечется между активностью защищающих его родителей и тем, как к этому отнесётся класс, где ему приходится находиться каждый день. Бывает и так, что дети помирились, а родители продолжают ссориться и усиливать конфликт вопреки желанию своих детей. А случается, что дети используют своих родителей как «дубинку», манипулируя ими, давая неточную одностороннюю информацию,

натравливая родителей на своих врагов. Не имея полной информации, родители совершают опрометчивые поступки и ввязываются в конфликт.

Часто в конфликт втягиваются педагоги и администрация, родительский комитет и родители других учеников. Пишутся письма в вышестоящие инстанции, начинаются проверки учебного учреждения. Уже известны случаи, когда родители нанимали адвокатов.

Все это показывает, что конфликт, начавшись с двух или нескольких человек, начинает втягивать в себя многих и многих. Они не признают, что сами стали участниками конфликта, но переживания и негативные последствия для людей иногда остаются на долгие годы. Восстановительная культура школы помогает минимизировать расширение конфликта, по возможности сохранить конструктивные отношения и готовность к примирению, не дать участникам сделать разрушающие действия (о которых, возможно, потом они будут сожалеть).

С точки зрения восстановительной культуры при решении ситуации надо начинать с безоценочного понимания ситуации человека (вместе с ним самим), а также сохранить человечность в отношениях (в виде контакта, поддержки, взаимодействия не из ролевых позиций и т.д.). Мы понимаем другого человека, когда нам стала ясна логика, в которой он действовал, мы можем её пересказать, и человек с нами согласится. И в своем пересказе мы можем выделить то, что в ситуации для человека является важным и приоритетным. То есть действия человека становятся для нас осмысленными. Согласие человека с пересказанной версией есть индикатор нашего понимания.

Для понимания необходимо принять решение на время отказаться от своей логики и в этом смысле отказаться от оценок, советов, классификации явления. Можно использовать техники отражения, резюмирования, переформулирования, уточнения, задавания вопросов и другие коммуникативные техники и приёмы. При этом понимание требует усилий и

времени, особенно если мы не согласны с человеком, находимся с ним в конфликте и не хотим его понимать.

При этом нужно исходить из того, что мы имеем дело не с безумным или злобным существом, а с человеком, который в рамках своих представлений, своего воспитания, имеющейся у него информации, своего видения ситуации действовал наилучшим для себя образом (как он это себе представлял). Также стоит помнить, что каждому важно «сохранить лицо» и выглядеть лучше, и это естественная реакция человека.

Только после того, как мы вместе с человеком поняли его ситуацию, можно начинать обсуждать с ним последствия, искать другие варианты решения.

В школе, как правило, в лучшем случае дают коротко высказаться сторонам конфликта и сразу переходят к решению.

Сложность в удержании внимания на понимании состоит еще и в том, что часто сам человек не понимает произошедшего, а если ситуация была травмирующая, то и не стремится её понять. Вопросы к нему позволяют развернуть более полную «картину» события, обратить его внимание на остальных участников, на свои и их переживания и состояния, на интересы и стремления человека, последствия и предпочитаемое развитие событий и т.д. Если человека понимают (и задают вопросы на прояснение непонятных моментов), то и его понимание ситуации изменяется, он начинает видеть то, на что раньше не обращал внимания. Эти новые «эпизоды» могут изменить его взгляд на ситуацию.

Не менее важно обратить внимание на то, сохранятся ли нормальные и человеческие отношения между людьми после выхода из конфликтной, криминальной или коммуникативно-напряженной ситуации?

Например, после разбора «дела» на педагогическом совете или в КДНиЗП улучшились ли отношения обсуждаемого с родителями, учителями, одноклассниками? Или хотя бы сохранились ли на том же уровне? Не



подверглись ли отношения между педагогами, школьниками и родителями разрушению и обесцениванию?

Понятие «восстановления» включает в себя два процесса. Первый – восстановление объекта (или отношений, как в данном случае) до его прежнего состояния, второй – укрепление и расширение того, что уже было «сильной стороной» и «работало». Для этого может понадобиться добавить нечто новое или же развить уже существующее. Второе измерение восстановления – трансформационное, когда восстановительные отношения и восстановительная школьная культура не только занимаются «починкой» того, что у них уже было, но и создают возможности для роста, увеличения своего потенциала.

Восстановительные отношения будут направлены на исцеление причинённой боли и заглаживание вреда. Но они также позволяют увидеть другого человека в совершенно новом свете - благодаря тому, что люди во время восстановительной работы делятся друг с другом важным для них. Восстановительная школьная культура приводит к позитивным отношениям в школьном сообществе. Восстановительный подход может перерасти в культуру, если закрепится в привычках, обычаях и станет передаваться следующему «поколению» школьников. Это могут быть традиции определённой формы разговора, формы проведения классного часа, родительского собрания, решения конфликта. Это могут быть выработанные совместно правила взаимодействия, признаваемый всеми символ слова, используемый стиль общения, способ реагирования на конфликты. Это может быть и овладение коммуникативной грамотностью большинства участников школьного сообщества (и школьников, и педагогов, и администрации, а, по возможности, и родителей). Для становления восстановительной культуры взаимоотношений её носители (такие как кураторы и медиаторы ШСП) должны в своей жизни следовать её принципам.

Создание службы и обучение медиаторов предполагает, следовательно, не только передачу техник и организационных схем деятельности, но трансляцию принципов и ценностей. Люди, создающие службы примирения, сначала сами становятся носителями ценностей и образцов восстановительной культуры. Это занимает определённое время и накладывает на человека ограничения, поэтому не все начавшие освоение медиаторы и кураторы останутся участниками этого движения. В дальнейшем школьные медиаторы, становясь носителями новой культуры, через программы примирения и Круги сообщества передают её элементы в «сконцентрированном виде» участникам конфликта, а также другим членам школьного сообщества. То есть служба примирения оказывается каналом трансляции принципов и отношений восстановительной культуры, которая постепенно начнет сама удерживать нормы, передавать и закреплять эталоны деятельности и коммуникации.

Нам ещё предстоит понять, какие есть способы распространения и сохранения восстановительной культуры. Скорее всего, распространение восстановительной культуры может происходить от команды службы примирения и поддерживающих их школьников, родителей, педагогов. Предположительно распространению восстановительной культуры в школе может происходить через помощь во взаимопонимании (в том числе педагогам) в сложных коммуникативных ситуациях. Например, проведение педагогических советов, методических советов и родительских собраний в форме Круга, обучение коммуникативным навыкам и пониманию педагогов, родителей, школьников, профилактика профессионального сгорания и поддержка молодых педагогов более опытными и т.д.

Также восстановительная культура помогает созданию в школе безопасной среды. Наличие охранников и инспекторов ПДН защищает школу от внешних угроз, но мало помогает при издевательствах, школьном насилии и травле, давлении отдельных педагогов на школьников, агрессивное отношение некоторых школьников к педагогам и пр. Восстановительная культура школы способствует созданию более безопасной среды, более гармоничному и спокойному нахождению ребёнка в стенах учебного заведения, большей безопасности и спокойствию родителей. И, в конечном счёте, большему доверию администрации и педагогов к ученикам и родителям, а также доверию детей и родителей к школе.

#### **4. Методы и технологии психологической реабилитации детей, пострадавших от жестокого обращения**

##### **4.1 Психологическая реабилитация детей, пострадавших от физического насилия**

Как указывалось выше, психологические последствия физического насилия могут проявляться в следующем:

- травматические стрессовые реакции (страх, тревога, нарушения сна, психосоматические симптомы);

- агрессивное поведение;
- недоверчивость, подозрительность по отношению к взрослым;
- трудности в общении со сверстниками, конфликтность;
- депрессия, суицидальные тенденции;
- невротические симптомы (тики, энурез и т.д.);
- низкая самооценка;
- снижение учебной мотивации, успеваемости.

Последствия физического насилия по степени выраженности могут быть самыми разными: от незначительных и практически не оказавших влияния на развитие личности до грубых нарушений, включая психопатологию, саморазрушающее и асоциальное поведение. Это определяется многими факторами, в том числе особенностями ребенка, его возрастом, характером отношений с наказывающим родителем, силой и способом наказаний.

В целом, как и при других видах насилия, физическое насилие прежде всего влияет на формирование самооценки ребенка и его отношение к окружающему миру. Именно поэтому последствия насилия выходят за рамки переживания травмы и затрагивают другие сферы: общение со сверстниками, успешность в школе, формирование будущих близких отношений.

### **Диагностика**

Диагностика физического насилия опирается на физические (синяки, следы порезов, укусов и т.п.) и поведенческие (страх перед родителями; ношение закрытой одежды, невразумительные или противоречивые объяснения причин происхождения повреждений и т.д.) показатели. При наличии трудностей в контакте, недоверия по отношению к взрослым в беседе с ребенком могут использоваться проективные рисунки и игры, описанные ниже.

Психологическая диагностика эмоционального состояния и индивидуальных особенностей ребенка может выявить признаки защитной агрессии в рисунках, тревоги, страха, депрессии (рисуночные методики, в частности, «Несуществующее животное»), проявление агрессии со стороны родителей или сверстников («Рисунок семьи», методика «Мой класс»), нарушение отношений с родителями (методика «Подростки о родителях»). Для выявления отдаленных последствий может использоваться опросник Басса-Дарки и опросник склонности к отклоняющемуся поведению, а также методики, позволяющие понять причины школьных трудностей (характеристика мотивации учения, школьной тревожности).

### **Коррекция последствий насилия**

Для минимизации психологических последствий пережитого насилия недостаточно того, чтобы ребенка только перестали бить, важно оказывать психологическую помощь для отработки травматических переживаний. Можно выделить несколько существенных составляющих такой работы.

- *Преодоление недоверия:* дети часто неохотно вступают в контакт. Ребенок, подвергавшийся или подвергающийся физическому насилию дома, может как искать помощи у других взрослых, так и избегать взаимодействия с ними, испытывая недоверие к возможностям окружающих защитить его, боясь ухудшить положение других членов семьи, стыдясь происходящего, опасаясь того, что специалист тоже может обвинить его, например, в плохом поведении. Такие переживания могут затруднять формирование психотерапевтических отношений между психологом и ребенком.

- *Помощь в отреагировании.* Физическое насилие провоцирует большое количество негативных эмоций, в частности, боль, обиду, страх, гнев и вину. Для того чтобы ребенок не остался один на один с этими переживаниями и мог отреагировать свои чувства, он должен иметь возможность рассказывать о ситуации насилия. При этом многие дети могут испытывать сложности, связанные с амбивалентным отношением к члену

семьи, со стороны которого они пережили или переживают насилие (любовь—ненависть); чувство вины за собственные поступки в тех или иных ситуациях и т.п. Эти переживания могут препятствовать спонтанному рассказу, поэтому важно спрашивать о том, что происходило с ребенком, чего часто не делают специалисты, боясь вызвать негативные реакции у ребенка и нанести ему повторную травму. Маленькие дети, не обладающие способностью достаточно вербализовывать переживания, имеют возможность отреагировать отрицательные эмоции в игре, при рисовании, лепке.

- Эмоциональным переживаниям насилия нередко сопутствуют когнитивные искажения, в первую очередь связанные с атрибуцией ответственности за происшедшее. Ребенок может неадекватно обвинять в насилии себя, другого родителя, сиблингов или каких-либо родственников. Поскольку физическое насилие может приводить к нарушениям поведения и школьной неуспеваемости, неправильная атрибуция может получать в глазах ребенка фактическое подтверждение. Только в ходе непосредственного разговора имеется возможность скорректировать подобные искажения.

- Многие дети оценивают физическое насилие с позиции родителей («справедливо—несправедливо», «виноват—не виноват»), поэтому очень важно четко озвучивать позицию специалиста по отношению к актам физического насилия. При этом нужно учитывать, что дети склонны идентифицировать себя с родителями и резкая критика поведения последних может привести к нарушению контакта с ребенком. Поэтому однозначное высказывание неприятия физического насилия должно сопровождаться взвешенными оценками самих родителей.

### **Коррекция отклонений в психическом и личностном развитии ребенка**

В целом, как и при других видах насилия, физическое насилие прежде всего влияет на формирование самооценки ребенка и его отношение к

окружающему миру. Именно поэтому последствия насилия выходят за рамки переживания травмы и затрагивают другие сферы: общение со сверстниками, успешность в школе, формирование будущих близких отношений. Работа по коррекции таких последствий может осуществляться в форме тренинга и проводиться в группе сверстников и в детско-родительских группах. Здесь мы приводим несколько программ, направленных на преодоление наиболее вероятных тяжелых последствий физического насилия.

### **Некоторые аспекты групповой работы с агрессивными детьми**

Агрессия в детском и подростковом возрасте встречается так часто, что практически в любой подростковой или детской группе можно столкнуться с агрессивными проявлениями. Очень высокий уровень агрессивности ребенка, как правило, является противопоказанием для включения в детскую или подростковую группу. Тем не менее групповая работа может играть важную роль в преодолении агрессивных реакций. Взаимодействие в группе в значительной мере воспроизводит реальные отношения ребенка с окружающими. Поэтому, с одной стороны, в группе отчетливо проявляются все характерные трудности ребенка в общении с окружающими людьми (прежде всего со сверстниками), с другой — групповая работа предоставляет хорошие возможности отработать некоторые проблемы, связанные с агрессивностью.

В групповой работе у ребенка в относительно безопасных условиях появляется возможность попробовать другие, неагрессивные формы поведения, закрепить их, получить от сверстников не только негативные, но и позитивные отклики — таким образом, повысить уверенность в себе и иногда даже найти друзей. Участие в групповой работе позволяет приобрести дополнительный опыт, который невозможно получить при индивидуальной терапии.

Чтобы снять излишнее напряжение и создать благоприятные условия для формирования самоконтроля, каждое групповое занятие включало в себя

физически тяжелое и одновременно веселое упражнение типа «Бешеные ручки». На полу раскладывались несколько подушек от кресел (довольно плотных, без пуговиц или других мелких деталей, о которые можно пораниться). Возле каждой подушки I садились по два-три человека (включая одного ведущего, другой ведущий организовывая процесс и следил за временем). По команде все одновременно начинали изо всех сил колотить подушку кулаками, не задевая рук партнеров. Ведущий, направляющий процесс, через каждые 10—15 секунд объявлял, сколько времени осталось до конца, и подбадривал детей, не давая колотить слабо или заканчивать упражнение раньше времени.

Агрессивные проявления у детей встречаются часто, но когда речь идет об очень жестоких проявлениях или когда они становятся регулярными и начинают доминировать в поведении ребенка, практически всегда можно выделить такие особенности семейных отношений, как:

- применение родителями по отношению к ребенку физических наказаний различной степени строгости либо наличие жестоких физических наказаний в прошлом ребенка;

- выраженная агрессивность в общении между членами семьи, использование физической силы и оскорблений при разрешении конфликтов. Кроме того, часто можно обнаружить, что родители не имеют последовательного отношения к агрессивным проявлениям ребенка и, осуждая их в одном случае, подкрепляют в другом. При проявлениях агрессии дети нередко получают вознаграждение в виде одобрения со стороны родителей, повышенного внимания, достижения желаемого, возможности контролировать поведение других членов семьи. В подростковом возрасте агрессия подкрепляется прежде всего внешним окружением: ощущением собственной силы и повышением авторитета в кругу сверстников, приобретением друзей. Нередко в случае, если ребенок или подросток сам подвергается насилию, агрессивное поведение является

способом преодолеть собственные негативные переживания, чувство беспомощности и несостоятельности.

Психотерапевтическая работа должна быть сфокусирована на перечисленных факторах. Без серьезных изменений в семейных отношениях работа с проявлениями агрессии у детей практически невозможна. Как агрессивность взрослых в отношениях между собой или к ребенку провоцирует детские агрессивные реакции, так и детские реакции могут провоцировать агрессию взрослых. Поэтому достаточно часто, консультируя родителей, важно подчеркивать необходимость контролировать выражение собственных агрессивных чувств.

Когда агрессивные физические нападения носят буквально разрушительный характер и не позволяют вступать во взаимодействие с ребенком, приходится устанавливать границы этих проявлений. Для этого хорошо использовать помещение, где ребенок не может нанести вред себе и окружающим, или просто физически удерживать ребенка от нападений. Цели введения подобных ограничений — успокоение ребенка и начало общения с взрослым — могут быть достигнуты при условии поддержания контакта с ребенком (например, объяснение, что ему не позволят бить других, но как только он успокоится, вместе с ним разберутся в ситуации и помогут найти выход из нее); неприсоединение к агрессивным чувствам ребенка (психологу или воспитателю важно хотя бы внешне сохранять спокойствие и не показывать вербально или невербально, что действия ребенка в этот момент могут вызывать у них злость, возмущение и т.д.); демонстрация иных, *неагрессивных* форм поведения. При работе с подростками, проявляющими агрессию, необходимо учитывать (кроме особенности их семейных отношений) переживания, обусловленные положением в среде сверстников и самооценкой, которая в подростковом возрасте тесно связана с этим статусом. Как правило, такая работа включает в себя решение других специфических для подросткового возраста проблем.



Дети или подростки, которые сами перенесли насилие и воспроизводят его в адрес других, нуждаются в психологической помощи для преодоления травмирующего опыта. Помимо изменений отношений в среде, в которой живет ребенок, и коррекции его самооценки, важной составляющей работы с агрессией является выработка у ребенка самостоятельного контроля над своими импульсивными агрессивными действиями. Такой контроль может быть выработан только при наличии собственной мотивации ребенка на изменение этого аспекта своего поведения.

Сочетание индивидуального и семейного консультирования с групповой психотерапией может значительно интенсифицировать процесс работы с агрессией у детей. В специально организованной группе в ходе реального взаимодействия со сверстниками ребенок приобретает практическую возможность изменить привычный способ агрессивного реагирования, а специалист получает непосредственный материал для индивидуальной работы.

### **ТРЕНИНГ МОДИФИКАЦИИ ПОВЕДЕНИЯ**

Данная программа рассчитана на организацию коррекционной работы с агрессивными детьми. При ее организации необходимо исходить из особенностей нарушений в той или иной сфере личности ребенка, таких как нравственная нестабильность, слабая совестливость, игнорирование конвенциональных норм в сочетании со слабым самоконтролем, расторможенностью и импульсивностью, с одной стороны, и негативными эмоциональными состояниями, с другой. Более того, необходимо учитывать влияние на поведение подростков некомпетентных поступков родителей и педагогов.

*Цель* тренинга заключается в поиске альтернативных (социально приемлемых) способов удовлетворения собственных потребностей подростков и взаимодействия с окружающими.

В ходе тренинга решаются следующие *задачи*:

- осознание собственных потребностей;
- отреагирование негативных эмоций и обучение приемам регулирования своего эмоционального состояния;
- формирование адекватной самооценки;
- обучение способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов;
- формирование позитивной моральной позиции, жизненных перспектив и планирования будущего.

Предметом коррекции является не столько собственно агрессивное поведение детей, сколько мотивационный, эмоциональный, волевой и нравственный компоненты его регуляции. Поэтому техники, используемые в тренинге, в основном направлены: на обучение подростков использованию прямого отказа от нежелательного поведения вместо привычных для них способов агрессивного реагирования; обучение оценке социальных ситуаций; подкрепление торможения агрессивных стереотипов поведения; не подкрепление отклоняющегося поведения и формирование более адаптивных поведенческих паттернов; усиление и расширение продуктивных поведенческих реакций; минимизацию тревожности.

В программе тренинга применена модель пошагового изменения агрессивного поведения:

- 1 шаг — «Сознавание»: расширение информации о собственной личности и проблеме агрессивного поведения;
- 2 шаг — «Переоценка собственной личности»: оценка того, что ребенок чувствует и думает о себе и собственном поведении;
- 3 шаг — «Переоценка окружения»: оценка того, как агрессивное поведение ребенка влияет на окружение;
- 4 шаг — «Внутригрупповая поддержка»: открытость, доверие и сочувствие группы при обсуждении проблемы агрессивного поведения и его последствий;

5 шаг — «Катарсис»: ощущение и выражение собственного отношения к проблеме агрессивного поведения;

6 шаг — «Укрепление "Я"»: поиск, выбор и принятие решения действовать, формирование уверенности в способности изменить поведение;

7 шаг — «Поиск альтернативы»: обсуждение возможных замен агрессивному поведению;

8 шаг — «Контроль за стимулами»: избегание стимулов, провоцирующих агрессивное поведение, или противостояние им;

9 шаг — «Подкрепление»: самопоощрение или поощрение со стороны окружающих за измененное поведение;

10 шаг — «Социализация»: расширение возможностей в социальной жизни в связи с отказом от агрессивного поведения.

*Процедура знакомства.* Руководитель и члены группы делятся информацией о себе: называют имя и возраст, рассказывают о семье, родителях, друзьях, своих интересах. Тогда же оговаривается способ обращения друг к другу.

*Установление правил группы.* В этой части работы определяются:

а) регламент встреч (время начала и конца занятий, продолжительность, частота, режим работы группы);

б) групповые нормы;

в) групповые ритуалы (способ приветствия и прощания, ограничения, санкции за опоздание и нарушение групповых норм и пр.).

Регламент встреч сообщается руководителем. Групповые же ритуалы и нормы устанавливаются, во-первых, после обсуждения в группе, во-вторых, после получения, согласия большинства членов группы следовать им. Это важный момент в работе группы, так как обсуждение и принятие групповых ритуалов и норм является первым шагом в формировании у членов группы ответственности за собственные изменения, а также за изменения, происходящие в группе. В противном случае члены группы постоянно будут

стремиться делегировать или перекладывать ответственность на руководителя группы. Тренер должен следить за неукоснительным соблюдением принятых правил. Обычно их несоблюдение пресекается использованием санкций и наказаний или групповым обсуждением инцидента.

При использовании санкций и наказаний всегда учитывается принцип ненасилия и уважения личностного достоинства подростков. Поэтому «наказания» используются различные. Например, прочитать стихотворение, рассказать анекдот, спеть песню, станцевать, сделать стойку на голове, выполнить серию приседаний.

*Сбор информации.* Для того чтобы получить первоначальное представление об ограничениях, затруднениях и проблемах подростков, проводится обсуждение по трем основным направлениям:

- а) что не нравится и что нравится в жизни;
- б) что не нравится и что нравится дома;
- в) что не нравится и что нравится в школе.

При этом очень важно соблюдать последовательность обсуждения — вначале обсуждается негативный опыт, а затем позитивный. Это объясняется тем, что подростки с нарушением поведения имеют очень сильный потенциал негативного опыта взаимодействия с окружающими: взрослыми, родителями, педагогами, инспекторами по делам несовершеннолетних. Обсуждение опыта дает возможность рассказать о собственных переживаниях, с одной стороны, и отреагировать негативные эмоции, с другой. Обсуждение позитивного опыта часто приводит к осознанию того, что не так все плохо, что есть люди, на которых можно положиться, которые могут оказать поддержку, которые понимают и любят.

*Корректирующие психологические упражнения.* Суть и содержание этих упражнений состоит в направленной стимуляции изменений в

эмоциональной, волевой, нравственной и поведенческой сферах. Целевая направленность заключается в следующем:

- актуализация «Я-состояний» в прошлом, настоящем и будущем, активизация самосознания;
- актуализация «Я-мотиваций», усиление динамических процессов мотивации, активизация процессов мотивации и волевой регуляции;
- проигрывание внутриличностных конфликтов, изучение самоотношения, обучение позитивной оценке и принятие собственных негативных качеств;
- ознакомление с эмоциями, вербальное и невербальное общение с чувствами, отреагирование негативного опыта;
- сознавание и выражение собственного отношения к проблеме агрессивного поведения, научение распознаванию направленности собственных агрессивных импульсов;
- выбор наиболее приемлемого способа разрядки гнева и агрессивности, отреагирование негативных эмоций;
- распознавание мотивов собственного агрессивного поведения, выражение негативных эмоций через вербализацию чувств;
- реконструкция позитивного опыта в прошлом через детские воспоминания и интеграция его с настоящим;
- «построение» будущего через планирование и фантазирование, интеграция его с настоящим.

*Психотехнические упражнения, стимулирующие групповую динамику.*

Суть и содержание этих упражнений состоит в оптимизации внутригрупповых связей, структуры группы, взаимоотношений с руководителем. Целевая направленность заключается в следующем:

- включение участников тренинга в групповой процесс, оптимизация интеграционных процессов, изучение структуры группы;

- формирование навыков оказания друг другу эмоциональной поддержки, стабилизация самооценки в эмоционально напряженных ситуациях личностно-ролевой дифференциации, оптимизация структуры группы;
- прояснение отношений между участниками группы и тренером;
- расширение информации о членах группы, формирование групповой сплоченности;
- расширение информации о руководителе, интеграция его в групповые процессы, оптимизация взаимоотношений в системе «тренер — группа».

*Внутригрупповая дискуссия.* Представляет собой групповое обсуждение какой-либо проблемы, сопоставление мнений, оценок членов группы по поводу самой проблемы и возможных вариантов ее разрешения. Целевая направленность внутригрупповой дискуссии состоит в следующем:

- формирование способностей к альтернативному взгляду и оценки проблемы;
- установление соотношения позитивного и негативного в поведении;
- определение нравственной позиции членов группы;
- эмоциональный и ролевой обмен, проработка детско-родительских отношений.

*Межгрупповая дискуссия.* Представляет собой обсуждение какой-либо проблемы между микрогруппами, высказывающими различные, порой полярные точки зрения. Обычно для этого используются конфронтационные техники. Суть их сводится к научению членов группы анализировать и ставить под сомнение свое поведение, что осуществимо через осознание себя и рефлексию собственного и чужого опыта. Целевая направленность межгрупповой дискуссии состоит в следующем:

- стимуляция изучения самого себя, способствование поведенческим изменениям;

- формирование способности отстаивать собственную точку зрения (через выражение протеста и возражения собеседнику);
- прояснение внутренней позиции, формирование навыков высказывания собственного мнения и принятия обратных связей;
- стимуляция поведенческих изменений.

*Проективное рисование.* Используется с целью восстановления позитивного эмоционального состояния в тех случаях, когда группа сопротивляется эмоциональному отреагированию через вербализацию чувств.

*Ролевое проигрывание жизненных ситуаций.* Банк жизненных ситуаций, разрешение которых актуально для подростков, накапливался в процессе работы группы и обсуждения различных проблем. Использование техники «ролевого обмена» в работе группы чрезвычайно важно для участников тренинга, так как не только позволяет «проиграть», расширить репертуар собственного опыта, но и познакомиться с различными моделями поведения, ассимилировать опыт других. Кроме того участие в разыгрывании ситуаций предоставляет возможность членам группы моделировать, а следовательно, и модифицировать собственное поведение.

Описанный подход дает определенные положительные результаты. Однако, как показывает опыт, эффект от психотерапевтической работы существенно возрастает, когда присутствует ощутимая поддержка усилий психолога и ребенка со стороны родителей и педагогов.

Использование тренинга модификации поведения как формы индивидуально-групповой психоректорной работы можно отнести к разряду воспитательного воздействия с целью предотвращения рецидива или, по крайней мере, уменьшения его вероятности.

В этом смысле воздействие служит для освобождения поведения от всего «старого и плохого» и обучение «новому и хорошему». Поэтому индивидуальная (групповая) психокоррекционная работа с детьми,

имеющими деструктивно, асоциально направленное поведение либо негативизм, должна не предполагать отыскивание каких-то оправданий поведению в прошлом. Она должна ставить детей лицом к настоящему и будущему, добиваясь того, чтобы они воспринимали реальное в том виде, в каком оно существует, а будущее в соответствии с условиями реального мира. При этом важным является не только способность удовлетворять свои реальные потребности социально приемлемыми способами, но и нести ответственность за свои действия.

В рамках программы «Тренинг модификации поведения» дети не только начинают понимать социальные, возрастные и другие проблемы своих сверстников, но и причины своего неправильного поведения. Расширяются пределы их терпимости, снижается порог агрессивности. Дети обретают способность контролировать свои стрессовые состояния, страхи, гнев, учатся адекватно реагировать на свои эмоциональные конфликты и прорабатывать их совместно с группой. Помощь и поддержка от сверстников, обремененных теми же проблемами, воспринимаются эффективнее (легче и быстрее), чем наставления взрослых. В результате проработки личных проблем и разрешения трудностей общения с окружающими позитивные чувства к себе (повышение самооценки) и другим людям выражаются более спонтанно.

### **ТРЕНИНГ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ С ОСНОВАМИ ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ**

Цель: повышение ответственности за собственное поведение, развитие самосознания, саморегуляции и способности к планированию поступков.

Целевая группа: подростки и молодые люди в возрасте от 12 до 20 лет.

Необходимые материалы: бумага, ручки, стулья по количеству участников, лист ватмана, маркер.

Организация занятий: программой предусмотрено 10 занятий по 40 минут каждое.



Информация для ведущего: в данном блоке дана информация по правам, ответственности и обязанностях несовершеннолетних и их родителей. Эта информация рассчитана на повышение осведомленности в вопросах права, прежде всего, самого ведущего, не имеющего юридической специальности. Для подростков материал подается по усмотрению ведущего группы в соответствии с их возрастом, определяющим возможности его понимания.

## ЗАНЯТИЕ 1

Цель: знакомство с группой, формирование доверительной атмосферы, знакомство с Конвенцией о правах ребенка и законодательством РФ.

Необходимые материалы: лист ватмана формата А1, правила работы в группе, принятые на занятиях предыдущего блока.

### ПРИНЯТИЕ ПРАВИЛ ГРУППОВОЙ РАБОТЫ

#### Цель:

Выработать правила, по которым будет проходить каждое занятие; определить штрафные санкции для нарушителей.

#### Содержание:

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

Ведущий озвучивает основные пункты, к которым участники делают дополнения:

1. То, что происходит в группе, не должно негативно влиять на взаимоотношения.
2. Нельзя унижать и оскорблять.

3. Нельзя употреблять нецензурные выражения.
4. Обращаться друг к другу только по имени.
5. Говорить по одному, при желании высказаться необходимо поднять руку.
6. Указания тренеров не обсуждаются.
7. Нельзя выходить из группы без разрешения тренеров, и т. д.

Кроме того, определяются штрафные санкции для нарушителей. Вывод участника за дверь является крайней мерой наказания.

Самым оптимальным наказанием за нарушение правил является лишение права голоса на одно упражнение. Обычно подростки достаточно тяжело переживают, что им не разрешают высказать свое мнение, и этот фактор позволяет поддерживать дисциплину в группе.

#### Заметки для ведущего

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

### ЗНАКОМСТВО С ЦЕЛЯМИ ТРЕНИНГА

#### Цель:

Знакомство участников с целями тренинга, принятие правил, создание доброжелательной рабочей обстановки.

#### Содержание:

Ведущий знакомит ребят с целями тренинга: «Мы с вами вместе выработали правила работы в группе. В любом обществе действуют свои правила. Государство также имеет свои правила, которые получили название Основных законов страны. Есть и международные, межгосударственные Законы. Поскольку мы являемся гражданами нашей страны, то обязаны жить по ее законам. А для этого их нужно знать. На наших занятиях мы будем знакомиться с теми законами, с которыми наиболее часто сталкиваются

подростки. Зачастую они нарушают их, во многом потому, что просто не знакомы с ними».

Заметки для ведущего:

Некоторые подростки (иногда большинство из них) высказываются, что законы им знать необязательно по причине своего несовершеннолетия. Ведущий обязательно должен сказать, что каждый человек, родившийся на территории любого государства, живущий в нем, признанный или не признанный гражданином, обязан жить в правовом поле данного государства, то есть подчиняться и признавать законы, принятые в этом государстве. Если гражданин, в том числе несовершеннолетний, живет на территории России, он обязан подчиняться законодательству Российской Федерации, основой которого является Конституция РФ. А для того чтобы признавать законы и жить по ним, нужно их знать.

МОЗГОВОЙ ШТУРМ «СОСТАВЛЕНИЕ ПОРТРЕТА  
СОВРЕМЕННОГО ПОДРОСТКА»

Цель:

Создание на основе представлений участников собирательного образа современного подростка.

Содержание:

Подросткам предлагается составить словесный портрет современного подростка, обозначив его основные черты личности, увлечения, моду в одежде, в музыке, в спорте. Необходимо, чтобы были обозначены и негативные черты, портрет не должен быть идеализированным. Предложения участников записываются на листе ватмана и оставляются до последнего занятия. Ведущий объясняет, что этот портрет понадобится на последнем занятии, а для чего, ребята поймут сами.

Заметки для ведущего:

Могут возникнуть трудности в определении черт современного подростка. В этом случае нужно предложить ребятам посмотреть на своих соседей по парте.

### УПРАЖНЕНИЕ «Я ХОЧУ - Я МОГУ»

#### Цель:

Осознание подростками своих реальных желаний и возможностей.

#### Содержание:

Участникам группы предлагается составить список своих желаний и возможностей. В группе проводится обсуждение на тему-. «Все ли мои желания исполнимы и что необходимо, чтобы они исполнились». Ведущий спрашивает ребят: «Могут ли предпринимаемые вами действия для достижения цели испортить жизнь другим людям, повлечь за собой нанесение какого-либо ущерба?» В обсуждении заостряется внимание на том, что только позитивные действия приводят к положительным результатам. Лишь соблюдая права других людей, человек может испытать полное удовлетворение от своих действий, а нарушив их, он, напротив, будет иметь неприятности с законом.

#### Заметки для ведущего:

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

### ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «НА ЧТО Я ИМЕЮ ПРАВО»

#### Цель:

Предоставление возможности осознать себя полноправным гражданином.

#### Содержание:

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

### Заметки для ведущего:

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

## ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «КОНВЕНЦИЯ О ПРАВАХ РЕБЕНКА И ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО РФ»

### Цель:

Знакомство с основными международными и государственными законами, защищающими права несовершеннолетних.

### Содержание:

Ведущий предлагает вниманию участников общие принципы Конвенции о правах ребенка и законодательства Российской Федерации, защищающие права несовершеннолетних, а также гражданские права и свободы. Ведущий может сказать следующее:

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

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

Государства — участники настоящей Конвенции — считают, что в соответствии с принципами, провозглашенными в Уставе Организации Объединенных Наций, признание присущего достоинства, равных и неотъемлемых прав всех членов общества является основой обеспечения свободы, справедливости и мира на земле. Государства, принявшие

Конвенцию полностью, возложили на себя обязанности по обеспечению полного и гармоничного развития личности ребенка. Но так как большинство детей воспитываются в семьях, особое внимание уделяется именно семье. В нашей стране принят Семейный кодекс, в котором отражены права, обязанности и ответственность всех членов семьи. В законах не забыты и дети, оставшиеся без попечения родителей, заботу о которых взяло на себя государство. Они признаются полноправными гражданами и имеют равные со всеми права.

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

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

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

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

Ребенок имеет право на всестороннее развитие умственных и физических способностей, образование, на участие в культурной и творческой деятельности, лечение досуг и отдых. Ребенок имеет право выражать свое мнение, получать и передавать информацию, иметь доступ к сведениям из различных отечественных и международных источников. Источниками информации могут служить издания, видеоматериалы, сайты

Интернета и другие источники с условием, что они не наносят вред психике несовершеннолетнего, не содержат информации порнографического характера и сцен насилия и экстремизма, не воспитывают расовой и национальной неприязни.

И наверное, самым главным является право жить и воспитываться в семье. Ни одного ребенка никто насильно не может забрать из семьи, если в этой семье не нарушаются его права. А за выполнением этих прав наблюдают Органы опеки и попечительства. Каждый ребенок может самостоятельно обратиться в эти органы, если его родители злоупотребляют своими правами — жестоко обращаются с детьми, не обеспечивают его пищей, необходимыми вещами, не лечат.

Кроме этого, ребенок наравне со всеми имеет свободу выбора религии и языка.

В этой части постоянно употребляется слово "ребенок". Пусть это вас не обижает. В Конвенции говорится о том, что "ребенком является каждое человеческое существо до достижения 18-летнего возраста, если по закону его страны он не достигает совершеннолетия раньше". В России ребенка до 14 лет принято считать малолетним, с 14 до 18 лет — несовершеннолетним, а молодых людей до 30 лет — молодежью.

Таким образом, все вы обладаете правами, обязанностями и ответственностью. О вашей ответственности и обязанностях вы узнаете на следующих занятиях».

#### Заметки для ведущего:

У ведущего могут возникнуть внутренние барьеры, поскольку многие взрослые опасаются того, что, когда дети узнают о своих правах, они начинают манипулировать взрослыми. Поэтому важно помнить о том, что, помимо прав, есть еще и ответственность несовершеннолетних, информация о которой будет в данном блоке.

## РЕФЛЕКСИЯ

Цель:

Получение обратной связи.

Содержание:

Участники по кругу высказывают свое мнение о занятии, что понравилось, что оказалось трудным.

## ЗАНЯТИЕ 2

Цель: формирование навыков саморегуляции, знакомство с правовой ответственностью несовершеннолетних.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

### ОБСУЖДЕНИЕ В ГРУППЕ

#### «ЧТО ХОРОШЕГО И ЧТО ПЛОХОГО ПРОИСХОДИЛО В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ»

Цель:

Анализ изменений в поведении подростков.

Содержание:

Подростки рассказывают о том, что происходило с ними в последние дни, что было хорошего, а что плохого и почему.

Заметки для ведущего:

Это упражнение развивает у ребят способность к анализу и собственного поведения, и поведения своих друзей. Поэтому на вопрос «почему» следует требовать обязательного ответа, отказы от объяснений не должны приниматься.

### УПРАЖНЕНИЕ «НАШИ ЭМОЦИИ - НАШИ ПОСТУПКИ»

Цель:

Обнаружение зависимости поступков от эмоционального состояния, создание предпосылок к формированию навыков управления своим поведением.

Содержание:

Участникам предлагается продолжить предложения:



- Я огорчаюсь, когда...
- Я злюсь, когда...
- Мне плохо, когда...
- Я радуюсь, когда...
- Я спокоен, когда...
- Мне нравится, когда...
- Мне не нравится, когда...
- Мне хорошо, когда...

Как только эта часть работы будет закончена, участникам предлагается продолжить предложения дальше: «... когда... и я поступаю...».

Затем следует обсуждение: о чем вы думаете, когда совершаете тот или иной поступок? Всегда ли люди думают, когда что-то делают? Ведущий предлагает группе подтвердить или опровергнуть правильность утверждения: «Прежде, чем что-либо сделать, подумай!» В каких ситуациях этот постулат приемлем? Необходимо подвести подростков к формированию у них следующей установки: «Впереди любого действия должна идти мысль!» Вместе с ребятами ведущий рассуждает о том, что нужно сделать, чтобы вовремя остановиться перед совершением необдуманного действия.

#### Заметки для ведущего:

Подростки могут задавать провокационные вопросы, например: «Когда на меня из-за угла вылетает машина, то я должен стоять и раздумывать?» Важно объяснить ребятам, что, когда возникает ситуация опасности для жизни и здоровья, включается инстинкт самосохранения, и человеческий организм «спасается» автоматически.

### УПРАЖНЕНИЕ «ЗАМОРОЖЕННЫЙ»

#### Цель:

Развитие умения управлять своим эмоциональным состоянием.

#### Содержание:

Ведущий говорит следующее: «Ребята, когда мы задумываемся перед совершением какого-либо действия, то мы управляем своим состоянием, мы его контролируем. Давайте потренируемся управлять собой».

Выбираются 2-3 подростка, которые будут играть роль «замороженных». Они могут составить какую-либо скульптурную группу. Задача остальных участников — «разморозить» «замороженных», не прикасаясь к ним и не говоря ничего, можно лишь пользоваться языком телодвижений.

После окончания упражнения подросткам предлагается ответить на вопрос: «Сложно ли было удержаться от смеха или от желания оттолкнуть от себя тех, кто "размораживал"?»

Заметки для ведущего:

Необходимо предупредить ребят, что их жесты и мимика не должны быть оскорбительными.

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

Цель:

Актуализация имеющихся у подростков представлений об ответственности за правонарушения.

Содержание:

Участникам предлагается ответить на вопрос, с какого возраста и за какие правонарушения несовершеннолетний привлекается к ответственности.

Заметки для ведущего:

Ведущий не поправляет ребят и не хвалит за правильные ответы, а лишь выслушивает предположения.

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

### Цель:

Знакомство с основными статьями законодательства РФ, по которым несовершеннолетние несут ответственность.

### Содержание:

Ведущий рассказывает подросткам о действующем законодательстве РФ, определяющем ответственность несовершеннолетних.

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

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

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

Здесь и далее приводится правовая информация для ведущего, подросткам она дается в виде, доступном их возрасту и пониманию.

### *Уголовная ответственность несовершеннолетних*

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

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

#### *Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним*

1. Видами наказаний, назначаемых несовершеннолетним, являются:

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

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

Лица, достигшие ко времени совершения преступления четырнадцатилетнего возраста, подлежат уголовной ответственности: за убийство; умышленное причинение тяжкого вреда здоровью; умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью; похищение человека; изнасилование; насильственные действия сексуального характера; кражу; грабеж; разбой; вымогательство; неправомерное завладение автомобилем или иным транспортным средством без цели хищения; умышленные уничтожение или повреждение имущества при отягчающих обстоятельствах; терроризм; захват заложника; заведомо ложное сообщение об акте терроризма; хулиганство при отягчающих обстоятельствах; вандализм;

хищение либо вымогательство оружия; боеприпасов, взрывчатых веществ и взрывных устройств; хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ; приведение в негодность транспортных средств или путей сообщения.

Убийство - лишение человека жизни.

Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью - нанесение травмы, опасной для жизни человека или повлекшей за собой потерю зрения, речи, слуха либо какого-либо органа или утрату органом его функций, прерывание беременности, психическое расстройство, заболевание наркоманией либо токсикоманией, или выразившейся в неизгладимом обезображивании лица, или вызвавшей значительную стойкую утрату общей трудоспособности не менее чем на одну треть или заведомо для виновного полную утрату профессиональной трудоспособности.

Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью - нанесение травмы, не опасной для жизни человека и не повлекшей тяжелых последствий, но вызвавшей длительное расстройство здоровья или значительную стойкую утрату общей трудоспособности менее чем на одну треть.

Изнасилование - половое сношение с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшей или к другим лицам либо с использованием беспомощного состояния потерпевшего.

Вымогательство - требование передачи чужого имущества или права на имущество под угрозой применения насилия либо уничтожения или повреждения чужого имущества, а равно под угрозой распространения сведений, позорящих потерпевшего или его близких, либо иных сведений, которые могут причинить существенный вред правам или законным интересам потерпевшего или его близких.

Грабеж - открытое хищение имущества.

Кража - тайное овладение чужим имуществом.

Терроризм - совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий, если эти действия совершены в целях нарушения общественной безопасности, устрашения населения либо оказания воздействия на принятие решений органами власти, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях.

Захват или удержание лица в качестве заложника - деяния, совершенные в целях принуждения государства, организации или гражданина совершить какое-либо действие или воздержаться от совершения какого-либо действия как условия освобождения заложника.

Заведомо ложное сообщение о готовящихся взрыве, поджоге или иных действиях, создающих опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий - сообщение в милицию или иные правоохранительные организации информации, зная о том, что она ложная.

Хулиганство - грубое нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, совершенное с применением оружия или предметов, используемых в качестве оружия.

Вандализм - осквернение зданий или иных сооружений, порча имущества на общественном транспорте или в иных общественных местах.

Действия, направленные на возбуждение ненависти либо вражды, а также на унижение достоинства человека либо группы лиц по признакам пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, а равно принадлежности к какой-либо социальной группе, совершенные публично или с использованием средств массовой информации, рассматриваются в Уголовном кодексе как преступление.

Так что то, что вы, ребята, несовершеннолетние, не освобождает вас от ответственности перед законом, и поэтому вы обязаны выполнять законы и подчиняться им».

## РЕФЛЕКСИЯ

### Цель:

Получение обратной связи.

### Содержание:

Участники делятся впечатлениями о занятии.

## ЗАНЯТИЕ 3

Цель: формирование представлений о сущности конфликтов и способах разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с правовыми нормами в отношении ответственности за нанесение морального и физического ущерба.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

### ОБСУЖДЕНИЕ В ГРУППЕ «ЧТО ПРОИСХОДИЛО В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ»

#### Цель:

Анализ изменений в поведении подростка.

#### Содержание:

В группе обсуждается, что происходило с каждым в последние дни, и какие чувства он при этом испытывал.

## УПРАЖНЕНИЕ «АВТОБУС»

#### Цель:

Моделирование ситуации возникновения конфликта.

#### Содержание:

Стулья расставляются, имитируя сиденья в автобусе. Часть подростков занимают сиденья, а часть «едут» стоя. «Автобус» делает повороты, подпрыгивает на неровностях, а «пассажиры» толкают друг друга, падают на сидящих, высказывают свое недовольство.

Расталкивая пассажиров, по салону автобуса пробирается кондуктор и требует плату за проезд. Участникам группы необходимо воссоздать реальную поездку и конфликты, возникающие среди пассажиров.

По окончании следует обсудить с подростками: как они себя чувствовали, когда их вовлекали в ссору? Хотелось ли им участвовать в ней или нет?

Заметки для ведущего:

Необходимо предупредить ребят, что это игра, и потому обижаться по-настоящему не стоит. Подчеркивается, что нельзя делать больно специально.

### КОНФЛИКТЫ И СПОСОБЫ ИХ РАЗРЕШЕНИЯ

Цель:

Знакомство со способами разрешения конфликтов.

Содержание:

Ведущий объясняет подросткам, что в предыдущей игре они участвовали в конфликтах. Конфликт — это состояние противоборства двух или нескольких сторон. В противоборство могут вступать два человека, группы, государства. В конфликтных ситуациях присутствуют оппоненты (участники) и предмет конфликта (то, из-за чего стороны пришли к разногласию). Конфликты могут быть конструктивными и деструктивными. В конструктивных конфликтах возникают новые связи, взаимодействия, в деструктивных — разрушаются отношения.

Конфликтные ситуации вызывают у людей определенные негативные чувства. Подросткам предлагается вспомнить конфликты, участниками которых они были, и возникающие при этом у них чувства. Какие поступки последовали за чувствами? Какими оказались последствия этих поступков? Важно прийти в результате обсуждения к такому выводу: для того чтобы конфликты не приносили негативных последствий, их нужно уметь разрешать.



Далее объясняются методы разрешения конфликта, а подростки приводят примеры из своей жизни.

*Уход:* уклонение от конфликта, стремление выйти из конфликтной ситуации, не разрешая ее. Испытываемые при этом чувства: затаенный гнев, депрессия; обидчика игнорируют, отпускают ехидные замечания за спиной, отказываются от дальнейших отношений.

*Приспособление:* изменение своей позиции, сглаживание противоречий, отказ от своих интересов. При этом человек подавляет свои негативные эмоции, делает вид, что все в порядке, что ничего не произошло, ругает себя за свою раздражительность, вынашивает план мести.

*Конкуренция (силовое решение, борьба):* соперничество, открытая борьба за свои интересы, отстаивание своей позиции, стремление доказать, что другой не прав, попытки перекричать его, применить физическое насилие, требование беспрекословного подчинения, попытки перехитрить, призвать на помощь союзников, шантаж разрывом отношений. Обычно человек проявляет агрессию, озлобленность, недовольство собой и оппонентом, чувство мести и другие негативные эмоции.

*Компромисс:* урегулирование разногласий через взаимные уступки, поддерживаются дружеские отношения, предмет спора делится поровну. Люди при таком разрешении ситуации могут чувствовать некоторое разочарование, ведь они достигли того, чего хотели, не в полной мере.

*Сотрудничество (поиск нового решения):* в выходе из конфликта все стороны удовлетворяются полностью через нахождение замены предмета спора на равнозначные или на более ценные.

Когда люди обсуждают конфликт, его уже нет, о нем только говорят.

#### Заметки для ведущего:

Следует объяснить ребятам, что, когда люди выясняют причины возникшего конфликта, ищут пути его разрешения, они готовы на то, чтобы осознать и понять то, что они хотят получить из создавшейся ситуации, и

принять сторону «соперника». А когда они отворачиваются друг от друга, таят обиду, конфликт не только не разрешается, а еще и усугубляется, что может привести к полному разрыву отношений.

### РОЛЕВАЯ ИГРА «КОНФЛИКТ»

#### Цель:

Обучение способам разрешения конфликтов, возникающих в подростковой среде.

#### Содержание:

Подросткам предлагается разыграть конфликтную ситуацию в среде сверстников: сначала с негативным исходом, а затем — выбрав другой, более эффективный путь разрешения конфликта.

Необходимо, чтобы в поиски путей разрешения ситуации была вовлечена вся группа. Можно спросить каждого участника, как бы он разрешил конфликт.

### ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ИСХОД КОНФЛИКТА»

#### Цель:

Актуализация знаний о характере правовой ответственности за конфликты, разрешенные силовыми методами.

#### Содержание:

Подросткам предлагается вспомнить ситуации из своего опыта, когда конфликты разрешались насильственными методами. Каков был исход? Привлекались ли участники к ответственности?

#### Заметки для ведущего:

Подростки не всегда могут говорить о том, что им пришлось пережить. В этом случае можно предложить им вспомнить то, что они наблюдали со стороны. Очень хорошо в этом случае поговорить о чувствах, которые они испытывали, наблюдая сцены насилия. Ведущему нужно очень осторожно подходить к раскрытию этих чувств, ребята могут рассказывать о том, что

происходило с ними самими, говоря о том, что они это видели или слышали. Очень важно это понимать и рефлексировать чувства подростка, т. е. объяснять, что каждый человек имеет право на любые чувства, только поступки, связанные с этими чувствами, не должны нарушать права других людей. А чтобы не нарушить права других людей, очень важно уметь управлять собой, своими реакциями на действия окружающих. Нужно подчеркнуть, что в некоторых случаях лучше отойти в сторону и не принимать на себя агрессивные выпады, чтобы не иметь проблем, понимая, что это личная сила воли и уход - сильная сторона личности, а не слабость, как многие ошибочно думают.

ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «СТАТЬИ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА,  
ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ПРИЧИНЕНИЕ ВРЕДА ЗДОРОВЬЮ»

Цель:

Получение знаний по правовой ответственности за причинение вреда здоровью.

Содержание:

Ведущий знакомит подростков с основными законами, определяющими ответственность за нанесенный моральный и физический ущерб.

«Когда между подростками происходят конфликты с применением физической силы, могут возникнуть тяжелые последствия для виновных.

В Уголовном кодексе есть "особенная часть", в которую входят разделы "Преступления против личности" и "Преступления против жизни и здоровья"».

*Статья 105. Убийство*

1. Убийство, то есть умышленное причинение смерти другому человеку, - наказывается лишением свободы на срок от шести до пятнадцати лет.

Убийство, совершенное с отягчающими обстоятельствами:

- а) двух или более лиц;
- б) в отношении лица или его близких в связи с осуществлением данным лицом служебной деятельности или выполнением общественного долга;
- в) лица, заведомо для виновного находящегося в беспомощном состоянии, а равно сопряженное с похищением человека или захватом заложника;
- г) женщины, заведомо для виновного находящейся в состоянии беременности;
- д) совершенное с особой жестокостью;
- е) совершенное общеопасным способом;
- ж) совершенное группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
- з) из корыстных побуждений или по найму, а равно сопряженное с разбоем, вымогательством или бандитизмом;
- и) из хулиганских побуждений;
- к) с целью скрыть другое преступление или облегчить его совершение, а равно сопряженное с изнасилованием или насильственными действиями сексуального характера;
- л) по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды либо кровной мести; - наказывается лишением свободы на срок от восьми до двадцати лет, либо пожизненным лишением свободы.

#### *Статья 110. Доведение до самоубийства*

Доведение лица до самоубийства или до покушения на самоубийство путем угроз, жестокого обращения или систематического унижения человеческого достоинства потерпевшего, - наказывается ограничением свободы на срок до трех лет или лишением свободы на срок до пяти лет.

#### *Статья 111. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью*

1. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, опасного для жизни человека, или повлекшего за собой потерю зрения, речи, слуха либо какого-либо органа или утрату органом его функций, прерывание беременности, психическое расстройство, заболевание наркоманией либо токсикоманией, или выразившегося в неизгладимом обезображивании лица, или вызвавшего значительную стойкую утрату общей трудоспособности не менее чем на одну треть или заведомо для виновного полную утрату профессиональной трудоспособности, - наказывается лишением свободы на срок от двух до восьми лет.

2. Те же деяния, совершенные:

а) в отношении лица или его близких в связи с осуществлением данным лицом служебной деятельности или выполнением общественного долга;

б) с особой жестокостью, издевательствами или мучениями для потерпевшего, а равно в отношении лица, заведомо для виновного находящегося в беспомощном состоянии;

в) общеопасным способом;

г) по найму;

д) из хулиганских побуждений;

е) по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды, - наказываются лишением свободы на срок от трех до десяти лет.

*Статья 112. Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью*

1. Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью, не опасного для жизни человека и не повлекшего тяжелых последствий, но вызвавшего длительное расстройство здоровья или значительную стойкую утрату общей трудоспособности менее чем на одну треть, - наказывается арестом на срок от трех до шести месяцев или лишением свободы на срок до трех лет.

2. То же деяние, совершенное:
- а) в отношении двух или более лиц;
  - б) в отношении лица или его близких в связи с осуществлением данным лицом служебной деятельности или выполнением общественного долга;
  - в) с особой жестокостью, издевательствами или мучениями для потерпевшего, а равно в отношении лица, заведомо для виновного находящегося в беспомощном состоянии;
  - г) группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
  - д) из хулиганских побуждений;
  - е) по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды, - наказывается лишением свободы на срок до пяти лет.

*Статья 115. Умышленное причинение легкого вреда здоровью*

Умышленное причинение легкого вреда здоровью, вызвавшего кратковременное расстройство здоровья или незначительную стойкую утрату общей трудоспособности, - наказывается штрафом, либо обязательными работами, либо исправительными работами на срок до одного года, либо арестом на срок от двух до четырех месяцев.

То же деяние, совершенное из хулиганских побуждений, - наказывается обязательными работами, либо исправительными работами, либо арестом на срок от четырех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

*Статья 176. Побой*

Нанесение побоев или совершение иных насильственных действий, причинивших физическую боль, но не повлекших тяжелых последствий, наказываются штрафом, либо исправительными работами, либо арестом на срок до трех месяцев.

Те же деяния, совершенные из хулиганских побуждений, - наказываются обязательными, либо исправительными работами, либо арестом на срок от четырех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

### *Статья 117. Истязание*

Причинение физических или психических страданий путем систематического нанесения побоев либо иными насильственными действиями, если это не повлекло за собой смерть или длительное расстройство здоровья потерпевшего, - наказывается лишением свободы на срок до трех лет.

То же деяние, совершенное:

- а) в отношении двух или более лиц;
- б) в отношении лица или его близких в связи с осуществлением данным лицом служебной деятельности или выполнением общественного долга;
- в) в отношении женщины, заведомо для виновного находящейся в состоянии беременности;
- г) в отношении заведомо несовершеннолетнего или лица, заведомо для виновного находящегося в беспомощном состоянии либо в материальной или иной зависимости от виновного, а равно лица, похищенного либо захваченного в качестве заложника;
- д) с применением пытки;
- е) группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;
- ж) по найму;
- з) по мотиву национальной, расовой, религиозной ненависти или вражды, - наказывается лишением свободы на срок от трех до семи лет.

Примечание. Под пыткой в настоящей статье и других статьях настоящего Кодекса понимается причинение физических или нравственных страданий в целях понуждения к даче показаний или иным действиям,

противоречащим воле человека, а также в целях наказания либо в иных целях.

*Статья 119. Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью*

Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью, если имелись основания опасаться осуществления этой угрозы, - наказывается ограничением свободы на срок до двух лет, либо арестом на срок от четырех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

*Статья 130. Оскорбление*

1. Оскорбление, то есть унижение чести и достоинства другого лица, выраженное в неприличной форме, - наказывается штрафом, либо обязательными работами, либо исправительными работами на срок до шести месяцев.

Очень часто подростки задают вопрос: «Почему какого-то молодого человека или девушку привлекли к уголовной ответственности за то, что они защищали себя?» Существуют статьи, определяющие наказания в таких случаях.

*Статья 113. Причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью в состоянии аффекта*

Умышленное причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью, совершенное в состоянии внезапно возникшего сильного душевного волнения (аффекта), вызванного насилием, издевательством или тяжким оскорблением со стороны потерпевшего либо иными противоправными или аморальными действиями (бездействием) потерпевшего, а равно длительной психотравмирующей ситуацией, возникшей в связи с систематическим противоправным или аморальным поведением потерпевшего, наказывается ограничением свободы на срок до двух лет или лишением свободы на тот же срок.



*Статья 114. Причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью при превышении пределов необходимой обороны либо при превышении мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление*

1. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, совершенное при превышении пределов необходимой обороны, - наказывается ограничением свободы на срок до двух лет или лишением свободы на срок до одного года.

2. Умышленное причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью, совершенное при превышении мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление, - наказывается ограничением свободы на срок до двух лет или лишением свободы на тот же срок.

Закончить информационно-правовую часть можно следующим образом: «Как мы увидели, безобидная, на ваш взгляд, драка при конфликтной ситуации может привести к печальным последствиям и отравить жизнь вам и вашим близким надолго, даже в том случае, если вы защищали себя. Наверное, лучше разрешать конфликты без применения физической силы».

#### Заметки для ведущего:

Часто ребята задают провокационный вопрос: «Если меня будут бить, я не должен защищать себя, опасаясь нанести вред здоровью нападающего?» В этом случае можно обратиться к законам.

#### *Статья 37. Необходимая оборона*

Не является преступлением причинение вреда посягающему лицу в состоянии необходимой обороны, т. е. при защите личности и прав обороняющегося или других лиц, охраняемых законом интересов общества или государства от общественно опасного посягательства, если это посягательство было сопряжено с насилием, опасным для жизни обороняющегося или другого лица, либо с непосредственной угрозой применения такого насилия.

Защита от посягательства, не сопряженного с насилием, опасным для жизни обороняющегося или другого лица, либо с непосредственной угрозой применения такого насилия, является правомерной, если при этом не было допущено пределов необходимой обороны, т. е. умышленных действий, явно не соответствующих характеру и опасности посягательства.

Не являются превышением пределов необходимой обороны действия обороняющегося характера обороняющегося лица, если это лицо вследствие неожиданности посягательства не могло объективно оценить степень и характер опасности нападения.

Право на необходимую оборону имеют в равной степени все лица независимо от их профессиональной или иной специальной подготовки и служебного положения. Это право принадлежит лицу независимо от возможности избежать общественно опасного посягательства или обратиться за помощью к другим лицам или органам власти.

В конце ведущий может сказать: «Если возникла опасность, что наша жизнь и здоровье в опасности, вы можете защищать себя, ведь наши действия в этом случае не являются умышленными. Если случится, что в своей защите вы причинили вред другому человеку, то предел необходимой обороны» устанавливается следственными (органами и судом. Но лучше избегать ситуаций, когда вы сами подвергаете себя опасности или провоцируете нападение на себя.

#### РЕФЛЕКСИЯ

Цель:

Получение обратной связи.

Содержание:

Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии.

#### ЗАНЯТИЕ 4

Цель: выработка умения противостоять негативному влиянию группы, знакомство с ответственностью за групповые правонарушения.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

#### ОБСУЖДЕНИЕ В ГРУППЕ «ЧТО ПРОИСХОДИЛО В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ»

##### Цель:

Анализ изменений в поведении подростков.

##### Содержание:

В группе обсуждается, какие конфликты с родителями происходили в последние дни, чем они закончились. Помогли ли знания, полученные на предыдущем занятии, разрешить конфликт без потерь? А может, узнав, что родители имеют право требовать от своих детей, ребята не спорили с родителями?

##### Заметки для ведущего:

В случае, если ребята отказывались от спора с родителями, следует спросить их о том, что они чувствовали.

#### УПРАЖНЕНИЕ «УЧИМСЯ ГОВОРИТЬ "НЕТ"»

##### Цель:

Формирование навыков аргументированного отказа.

##### Содержание:

Каждый из участников проходит по кругу, останавливаясь перед товарищами. Сидящие по очереди обращаются к нему с просьбой или приказом. Задача: сказать «нет», при этом обосновав свой отказ.

После того как упражнение закончите нужно спросить у ребят, в каких случаях был легче отказывать: при просьбе, при приказе или при приглашении действовать вместе? Как правило, очень трудно отказаться, когда человек просит (мы ощущаем себя выше просящего) и при приглашении на совместную деятельность (нас удовлетворяет признание наших способностей) В этих случаях мы попадаем под влияние.

##### Заметки для ведущего:

Необходимо предупредить ребят, что просьба должна иметь не оскорбляющий характер.

## УПРАЖНЕНИЕ «УЧИМСЯ ПРОТИВОСТОЯТЬ ВЛИЯНИЮ»

### Цель:

Развитие умения противостоять влиянию со стороны.

### Содержание:

Подросткам предлагается обсудить: что такое влияние и на что или на кого можно повлиять? Влияние — это способность убедить человека поступить так, как хочется тебе, или способность предпринять какие-либо действия, изменяющие исход ситуации.

Далее обсуждается: всегда ли влияние отрицательно? Каким образом можно отличить отрицательное влияние? Каковы способы негативного влияния? (Запугивание, шантаж, угроза, подражание, зависимость, избиение, давление на личность и т. д.) Подросткам предлагается высказаться: хочется ли им поддаваться такому влиянию и к каким последствиям может привести соглашение? Что необходимо предпринять, чтобы уйти из-под негативного влияния?

Составляется план безопасности. Необходимо убедить подростков, что обращение за помощью — это не признание собственной слабости, а проявление способности противостоять. В план должны быть включены и такие пункты, как обращение к родителям и взрослым, к учителям, в органы милиции, телефоны доверия.

### Заметки для ведущего:

У некоторых ребят, возможно, уже был опыт обращения за помощью с отрицательным исходом для них самих. В этом случае нужно сказать подросткам, что каждый человек имеет право на ошибку, но не нужно думать о всех людях, что они в каждом случае обращения за помощью оттолкнут, откажут или осмеют. Лучше обращаться за помощью не к посторонним, а в правоохранительные органы, там работают профессионалы, и они знают, как помочь.

## РОЛЕВАЯ ИГРА «СИТУАЦИЯ ПРИНУЖДЕНИЯ»

Цель:

Моделирование ситуации принуждения со стороны.

Содержание:

Подросткам предлагается разыграть сценку, когда группа или кто-то один принуждает сверстника совершить противоправный поступок.

В группе обсуждаются различные исходы ситуации.

Заметки для ведущего:

Нужно спросить тех, ребят, которые «подвергались» принуждению и которые «принуждали», об их чувствах в это время. Также обсуждается: чего «принуждающий» в этой ролевой игре добивался? Для чего ему это было нужно? Вероятно, он не знал законов и надеялся, что отвечать не придется никому, виновного не найдут.

ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «КТО ОТВЕЧАЕТ В ТОЛПЕ»

Цель:

Развитие способности к прогнозированию ответственности за свои проступки.

Содержание:

Подросткам предлагается вспомнить известные им по телепередачам ситуации возникновения каких-либо действий, идущих вразрез с законом, когда правонарушения совершались группой. Что нарушалось? Каков был исход? Для примера можно взять погромы на рынках, беспорядки, связанные с поведением футбольных фанатов или скинхедов.

Заметки для ведущего:

Нужно сказать, что приведенные примеры не единичны и не только скинхеды совершают погромы. За рубежом и в России множество объединений, группировок и сект, которые пропагандируют расизм и ксенофобию.

ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ГРУППОВЫЕ ПРАВОНАРУШЕНИЯ»

Цель:

Информирование об ответственности за групповые правонарушения.

Содержание:

Ведущий знакомит участников со статьями УК, предусматривающими наказания за правонарушения, совершенные группой, и за вовлечение несовершеннолетних в преступную деятельность.

*Статья 150. Вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления*

1. Вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления путем обещаний, обмана, угроз или иным способом, совершенное лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, - наказывается лишением свободы на срок до пяти лет.

2. То же деяние, совершенное родителем, педагогом либо иным лицом, на которое законом возложены обязанности по воспитанию несовершеннолетнего, - наказывается лишением свободы на срок до шести лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные с применением насилия или с угрозой его применения, - наказываются лишением свободы на срок от двух до семи лет.

4. Деяния, предусмотренные частями первой, второй или третьей настоящей статьи, связанные с вовлечением несовершеннолетнего в преступную группу либо в совершение тяжкого или особо тяжкого преступления, - наказываются лишением свободы на срок от пяти до восьми лет.

*Статья 151. Вовлечение несовершеннолетнего в совершение антиобщественных действий*

1. Вовлечение несовершеннолетнего в систематическое употребление спиртных напитков, одурманивающих веществ, в занятие бродяжничеством

или попрошайничеством, совершенное лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, - наказывается обязательными работами на срок от ста восьмидесяти до двухсот сорока часов, либо исправительными работами на срок от одного года до двух лет, либо арестом на срок от трех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до четырех лет.

2. То же деяние, совершенное родителем, педагогом либо иным лицом, на которое законом возложены обязанности по воспитанию несовершеннолетнего, - наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок от четырех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до пяти лет с лишением права занимать определенные должности и заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные с применением насилия или угрозой его применения, - наказываются лишением свободы на срок до шести лет.

Важно отметить, что, если несовершеннолетнего вовлекли в преступную деятельность, он не является пострадавшим. Это является послаблением, но при этом не освобождает от ответственности.

А вот когда подростки совершают правонарушение «толпой», то это утяжеляет наказание. Например: если нанесен физический вред здоровью одним человеком, то ему назначается наказание в виде лишения свободы до трех лет, а если он был не один, то до пяти лет. Если над человеком издевается кто-то один, то его посадят на три года, а если истязание совершается группой, то ее участникам грозит заключение до семи лет. Причем выявляется зачинщик и ему назначается самая жесткая мера, предусмотренная статьей Все правонарушения, совершенные группой лиц, считаются правонарушениями по предварительному сговору.

*Статья 35. Совершение преступления группой лиц, группой лиц по предварительному сговору, организованной группой или преступным сообществом (преступной организацией)*

1. Преступление признается совершенным группой лиц, если его совершении совместно участвовали два или более исполнителя без предварительного сговора.

2. Преступление признается совершенным группой лиц по предварительному сговору, если в нем участвовали лица, заранее договорившиеся о совместном совершении преступления.

3. Преступление признается совершенным организованной группой, если оно совершено устойчивой группой лиц, заранее объединившихся для совершения одного или нескольких преступлений.

4. Преступление признается совершенным преступным сообществом (преступной организацией), если оно совершено сплоченной организованной группой (организацией), созданной для совершения тяжких или особо тяжких преступлений, либо объединением организованных групп, созданным в тех же целях.

5. Лицо, создавшее организованную группу или преступное сообщество (преступную организацию) либо руководившее ими, подлежит уголовной ответственности за их организацию и руководство ими в случаях, предусмотренных соответствующими статьями Особенной части настоящего Кодекса, а также за все совершенные организованной группой или преступным сообществом (преступной организацией) преступления, если они охватывались его умыслом. Другие участники организованной группы или преступного сообщества (преступной организации) несут уголовную ответственность за участие в них в случаях, предусмотренных соответствующими статьями Особенной части настоящего Кодекса, а также за преступления, в подготовке или совершении которых они участвовали.



6. Создание организованной группы в случаях, не предусмотренных статьями Особенной части настоящего Кодекса, влечет уголовную ответственность за приготовление к тем преступлениям, для совершения которых она создана.

7. Совершение преступления группой лиц, группой лиц по предварительному сговору, организованной группой или преступным сообществом (преступной организацией) влечет более строгое наказание на основании и в пределах, предусмотренных настоящим Кодексом.

Для обсуждения в группе можно предложить следующий вопрос: «Как вы думаете, кто виновник погромов на улицах Москвы после футбольного матча за кубок мира 2003 года и кто будет отвечать?»

Заметки для ведущего:

Необходимо вывести ребят на осознание виновности всех участников погрома.

РЕФЛЕКСИЯ

Цель:

Получение обратной связи.

Содержание:

Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии.

ЗАНЯТИЕ 5

Цель: развитие навыков, позволяющих отказаться от предложения попробовать наркотики или токсические вещества, знакомств с правовой ответственностью за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных средств.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

ОБСУЖДЕНИЕ В ГРУППЕ «НАСТРОЕНИЕ»

Цель:

Создание доброжелательной рабочей обстановки.

Содержание:

Подросткам предлагается высказать предположение, какое у соседа слева сегодня настроение.

#### ОБСУЖДЕНИЕ В ГРУППЕ «ЧТО ПРОИСХОДИЛО В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ»

##### Цель:

Анализ изменений в поведении подростков.

##### Содержание:

В группе обсуждается, сталкивались ли участники с ситуациями принуждения в последние дни, что происходило, каков исход, помогли ли им знания, полученные на предыдущем занятии достойно разрешить ситуацию.

##### Заметки для ведущего

Необходимо спросить участников, когда они со стороны наблюдали ситуацию принуждения, хотелось ли им вмешаться.

#### МОЗГОВОЙ ШТУРМ «ПОЧЕМУ ЛЮДИ ПРИМЕНЯЮТ НАРКОТИКИ»

##### Цель:

Выявление причин применения наркотиков.

##### Содержание:

Участникам предлагается назвать причины применения наркотических средств. В каких случаях разрешается применение.

##### Заметки для ведущего:

Подросткам показывается необходимость применения наркотических средств в медицине. Наркоз необходим при операциях, чтобы снизить болевые ощущения больного. Онкологическим больным также нужны препараты для снижения боли, так как их страдания нестерпимы.

#### МОЗГОВОЙ ШТУРМ

##### «К ЧЕМУ ВЕДЕТ ПРОБА НАРКОТИКА И ТОКСИЧЕСКОГО ВЕЩЕСТВА»

##### Цель:

Обнаружение последствий пробы наркотика, подчеркивание возможности и необходимости отказа.

##### Содержание:

Подросткам предлагается выстроить логическую цепочку от предложения попробовать наркотик до последнего этапа применения. На каких звеньях можно прервать путь к смерти от наркотика. Важно подвести к пониманию того, что только отказ от предложения попробовать наркотик может предотвратить негативные изменения в жизни, а в конечном итоге — спасти от печального исхода.

#### Заметки для ведущего:

Ребята могут высказывать бытующее в их среде мнение, что только от одной пробы зависимости не наступает. В этом случае нужно сказать, что, демонстрируя интерес к предложению, даже не пробуя, человек становится уже зависимым. Распространитель наркотиков будет предлагать вновь и вновь, пока человек не согласится или не откажется. А хочется попадать в зависимость от кого-либо? Не лучше ли сразу сказать «нет», не объясняя почему?

#### ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ

«ЧТО ЛЮДИ ПРИОБРЕТАЮТ И ЧТО ТЕРЯЮТ ОТ ПРИМЕНЕНИЯ НАРКОТИКА»

#### Цель:

Выявление потерь при применении наркотиков.

#### Содержание:

Участникам предлагается составить список приобретений и потерь, произошедших в связи с применением наркотиков. Списки обсуждаются. Необходимо вывести на то, что, испытывая короткий «кайф», человек в конечном итоге теряет все, даже жизнь. Обсуждается, стоит ли этот «кайф» таких потерь.

#### Заметки для ведущего:

Очень важно, чтобы подростки поняли, что самое дорогое у человека — это его жизнь. Можно показать это наглядно. Например: потерял деньги, но ты продолжаешь жить без этих средств, находишь, от чего можно отказаться, От тебя ушел любимый человек, ты переживаешь, но

продолжаешь жить. Твоя жизнь кончилась — тебя больше нет и не будет никогда.

#### ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ

##### «УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКА - ДЕЛО ЛИЧНОЕ»

###### Цель:

Обсуждение влияния применения наркотиков на близких людей.

###### Содержание:

Влияет ли применение наркотика на взаимоотношения с окружающими? Помогают наркотики общаться или мешают? Есть ли у кого-нибудь опыт общения с человеком под наркотическим опьянением, приятно ли общаться с таким человеком? Если неприятно, то обычно отношения прекращаются. А как люди, применяющие наркотики, выстраивают свои взаимоотношения с родными и друзьями? Подросткам предлагается обсудить влияние применения наркотиков на разрыв отношений с родными и друзьями.

Также необходимо коснуться темы правонарушений, которые совершаются в состоянии наркотического опьянения и правонарушений по вовлечению других подростков для распространения и применения наркотиков. Часто ли ребята слышат о правонарушениях, совершенных наркоманами? Какого рода правонарушения?

###### Заметки для ведущего:

Необходимо спросить ребят, слышали ли они, что человека оправдал суд в преступлении, совершенном в состоянии наркотического опьянения.

##### ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ. «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

##### НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ЗА ХРАНЕНИЕ И СБЫТ НАРКОТИКОВ И ПСИХОТРОПНЫХ

##### СРЕДСТВ»

###### Цели:

Предоставление информации об ответственности за применение, хранение и сбыт наркотиков.

### Содержание:

Обычно правонарушения, совершенные в наркотическом состоянии, трактуются как преступления против личности (посягательство на жизнь и здоровье), на имущество граждан и организаций (кража, грабеж). С ответственностью за эти правонарушения ребята уже познакомились. Но, кроме этого, наркоманами совершаются преступления и другого характера.

*Статья 228. Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов*

1. Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов в крупном размере, - наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трёх месяцев, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до трёх лет.

2. Те же деяния, совершенные в особо крупном размере, - наказываются лишением свободы на срок от трех до десяти лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового.

### Примечания:

1. Лицо, совершившее преступление, предусмотренное настоящей статьей, добровольно сдавшее наркотические средства, психотропные вещества или их аналоги и активно способствовавшее раскрытию или пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, изобличению лиц, их совершивших обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление. Не может признаваться добровольной сдачей наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов изъятие указанных средств, веществ

или их аналогов при задержания лица, а также при производстве следственных действий по их обнаружению и изъятию.

2. Крупным размером признается количество наркотической средства, психотропного вещества или их аналога, превышающее размеры средней разовой дозы потребления в десять и более раз, а особо крупным размером - в пятьдесят и более раз. Размеры средних разовых доз наркотических средств и психотропных веществ утверждаются Правительством Российской Федерации.

*Статья 228.1. Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов*

1. Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов - наказываются лишением свободы на срок от четырех до восьми лет.

2. Те же деяния, совершенные:

а) группой лиц по предварительному сговору;

б) в крупном размере;

в) лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, в отношении заведомо несовершеннолетнего, - наказываются лишением свободы на срок от пяти до двенадцати лет и штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового.

1. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, совершенные:

а) организованной группой;

б) лицом с использованием своего служебного положения;

в) в отношении лица, заведомо не достигшего четырнадцатилетнего возраста;

г) в особо крупном размере, - наказываются лишением свободы на срок от восьми до двадцати лет со штрафом в размере до одного миллиона рублей

или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до пяти лет либо без такового.

*Статья 229. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ*

2. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ - наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет.

3. Те же деяния, совершенные:

а) группой лиц по предварительному сговору;

в) лицом с использованием служебного положения;

г) с применением насилия, не опасного для жизни или здоровья, либо с угрозой применения такого насилия, - наказываются лишением свободы на срок от шести до десяти лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей.

4. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они совершены:

а) организованной группой;

б) в отношении наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере;

в) с применением насилия, опасного для жизни или здоровья, либо с угрозой применения такого насилия, - наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей.

*Статья 230. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ*

1. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ - наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до пяти лет.

2. То же деяние, совершенное:

а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;

в) в отношении заведомо несовершеннолетнего либо двух или более лиц;

г) с применением насилия или с угрозой его применения, - наказывается лишением свободы на срок от трех до восьми лет.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они повлекли по неосторожности смерть потерпевшего или иные тяжкие последствия, - наказываются лишением свободы на срок от шести до двенадцати лет.

*Статья 231. Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества*

1. Посев или выращивание запрещенных к возделыванию растений, а также культивирование сортов конопли, мака или других растений, содержащих наркотические вещества, - наказываются штрафом в размере до трехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до двух лет либо лишением свободы на срок до двух лет.

2. Те же деяния, совершенные:

а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;

б) в крупном размере, - наказываются лишением свободы на срок от трех до восьми лет. Примечание:

Размеры запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества, для целей настоящей статьи утверждаются Правительством Российской Федерации.

*Статья 232. Организация либо содержание Притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ*



Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ - наказываются лишением свободы на срок до четырех лет.

Те же деяния, совершенные организованной группой, - наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет.

Таким образом, человек, который встал на путь применения наркотиков, автоматически встает и на путь преступления. Когда он уже все вынесет из дома, чтобы иметь средства на приобретение дозы, он попытается добыть средства незаконно. Нередко это приводит к тому, что он попадает на скамью подсудимых.

#### РЕФЛЕКСИЯ

##### Цель:

Получение обратной связи.

##### Содержание:

Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии.

#### ЗАНЯТИЕ 6

Цель: выработка навыков, позволяющих отказаться от употребления алкоголя, знакомство с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения.

Необходимые материалы: бумага, ручки, небольшой мяч.

#### ПРИВЕТСТВИЕ

##### Цель:

Создание доброжелательной рабочей атмосферы.

##### Содержание:

Участники в кругу бросают друг другу мяч со словами «Я знаю, что ты сегодня...». Принимающий мяч соглашается с предположением или нет.

#### ОБСУЖДЕНИЕ В ГРУППЕ «ЧТО ПРОИСХОДИЛО В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ»

##### Цель:

Анализ изменений в поведении подростков.

Содержание:

Участники рассказывают, что происходило с ними в последние дни. Помогли ли им знания, которые они получили на занятиях, посмотреть на наркоманов другими глазами? А может быть, кому-то удалось остановить товарища от пробы наркотика? Это здорово!

Заметки для ведущего:

Очень хорошо, если ребята расскажут о своих чувствах к наркоманам. Если эти чувства изменились, то в какую сторону?

МОЗГОВОЙ ШТУРМ

«ПОЧЕМУ ЛЮДИ УПОТРЕБЛЯЮТ АЛКОГОЛЬ»

Цель:

Выявление причин употребления алкоголя.

Содержание:

Участники высказывают свои предположения о причинах употребления алкоголя.

Заметки для ведущего:

Не следует превращать мозговой штурм в дискуссию или заниматься нравоучениями: «Ах, как это плохо!» Важно, чтобы ребята выразили именно свой взгляд на то, что лежит в основе начала употребления алкоголя.

ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «С ПЬЯНОГО ВЗЯТКИ ГЛАДКИ?»

Цель:

Формирование представления о том, что состояние опьянения не освобождает от ответственности за правонарушения.

Содержание:

В группе обсуждается, как изменяется поведение человека, принявшего алкоголь, в частности как ведут себя пьяные подростки, как они нарушают права других людей. Необходимо подвести к пониманию, что состояние алкогольного опьянения не только не освобождает от ответственности, но и усугубляет вину. Для этого ведущий спрашивает ребят, как они думают,

пьяный — это человек, который в силу своего физического состояния освобождается от ответственности, так как не может контролировать свои действия, или он все-таки должен отвечать за свои действия?

Заметки для ведущего:

Ребята могут прийти в своих рассуждениях к следующему выводу: если не можешь контролировать свои поступки — не пей, а если способен отдавать отчет в своем поведении, то имеешь право выпить. Это суждение имеет место не только в среде подростков, но и в обществе в целом, поэтому не стоит укорять ребят за высказывание, которое они часто слышат. Нужно сказать, что в стране, где не существует запрета на продажу алкоголя и его употребление, мера принятия спиртных напитков — личное дело каждого, исключая несовершеннолетних. А если несовершеннолетний (как и любой гражданин России) совершил преступление в состоянии алкогольного опьянения любой степени, это только усугубляет его вину.

ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА  
ПРАВОНАРУШЕНИЯ В СОСТОЯНИИ АЛКОГОЛЬНОГО ОПЬЯНЕНИЯ»

Цель:

Информирование об ответственности за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения.

Содержание:

Ведущий спрашивает ребят, не обратили ли они внимание при рассмотрении правовых норм об ответственности несовершеннолетних за тяжкие преступления, на то, что ни в одной из статей не существуют пункты или ссылки, указывающие на послабление наказания человеку, находящемуся в состоянии любого опьянения. То есть закон не оправдывает человека пьяного, к нему применяются точно такие же меры, как и к трезвому. Так почему же мы говорим о том, что алкоголь еще и утяжеляет ответственность?

Заметки для ведущего:

Пусть ребята сами поищут варианты ответа. Здесь дискуссия вполне уместна. В конечном итоге они сами выйдут на ответ: у пьяного не работают «тормоза», он не сможет вовремя остановиться при возникновении конфликтной ситуации или когда его пытаются вовлечь в преступные действия. А бывает, и бравирует своей «смелостью» и безнаказанностью, совершает правонарушение на публику. В этих случаях у человека ослаблен контроль своего поведения, но это не может служить оправданием: он несет полную ответственность за свои действия перед законом.

#### ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «АЛЬТЕРНАТИВА АЛКОГОЛЮ»

##### Цель:

Поиск возможностей отказа от алкоголя.

##### Содержание:

Ведущий просит ребят высказаться о том, чего, по их мнению, добивается человек, употребляя спиртные напитки, и что он получает, а может, и теряет. Причем пиво тоже рассматривается как спиртной напиток, поскольку в нем содержится доля алкоголя.

##### Заметки для ведущего:

Обычно ребята говорят, что употребляют алкоголь, чтобы расслабиться, чтобы чувствовать себя более раскованным в компании, потому что все, с кем они общаются, выпивают, потому что праздники принято проводить с выпивкой, на дискотеках неинтересно без «допинга». И здесь нужно спросить, как они думают, становится ли интереснее общаться с ними, после того как они приняли «допинг»? Могут поступить утвердительные ответы — ведь они в этом случае становятся более раскованными. Тогда нужно спросить: может, более развязными? Где грань между развязностью и раскованностью? Наверное, всем приходилось общаться с «принявшими на грудь» ребятами, находясь при этом в трезвом виде. Какие чувства возникали при этом?

Ведущий возвращает ребят к началу дискуссии, предлагает вспомнить: чего человек добивается, употребляя спиртные напитки? Список желаемого нужно перенести на доску. Достигнет ли желаемых результатов этот человек и на какое время? Если и достигнет, то только на короткое время, пока действуют «винные пары», а потом нужно опять выпивать, чтобы стало хорошо. И вот это «опять» — уже зависимость, алкоголизм. Болезнь страшная, которая ведет к материальным потерям, к потерям близких, друзей и самого себя.

Далее с ребятами обсуждаются пункты, которые записаны на доске, и напротив каждого желания пишется новый способ достижения желаемого состояния.

#### РЕФЛЕКСИЯ

##### Цель:

Получение обратной связи.

##### Содержание:

С подростками обсуждается прошедшее занятие.

#### ЗАНЯТИЕ 7 (ВАРИАНТ 1)

Цель: оказание помощи подросткам в выборе возраста вступления в половые отношения, осознание последствий неразборчивых половых связей, знакомство с ответственностью за сексуальное насилие.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

Внимание! Данное занятие проводится только с подростками старше 14 лет. Для подростков от 12 до 14 лет ввиду их возрастной неподготовленности обсуждать темы такой направленности предлагается второй вариант занятия «План безопасности».

#### ПРИВЕТСТВИЕ

##### Цель:

Создание доброжелательной рабочей обстановки.

##### Содержание:

Участники по команде тренера с закрытыми глазами ходят по комнате. Когда они встречаются друг с другом, то, не открывая глаз, здороваются и называют имя. По команде тренера партнеры смотрят друг на друга и говорят, угадали товарища или нет.

#### ОБСУЖДЕНИЕ «ЧТО ПРОИСХОДИЛО В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ»

##### Цель:

Анализ изменений в поведении подростков.

##### Содержание:

В группе обсуждается, как изменилось отношение к пьяным людям, может быть, подростки кому-то помогли осознать пагубность привычки употребления алкоголя.

##### Заметки для ведущего:

Возможно, в группе есть ребята, которые пробовали алкоголь, пиво. Наверное, они могут высказаться, сохранилось ли желание «расслабиться» с алкоголем, или оно пропало и почему.

#### ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «КОГДА МЫ ЛЮБИМ, ТО...»

##### Цель:

Достижение понимания, согласно которому сексуальные отношения — это не начало, а продолжение отношений.

##### Содержание:

Ведущий предупреждает ребят, что сегодня они будут обсуждать тему, которая, конечно же, волнует их, но на которую как-то неловко говорить со взрослыми. Это ложный стыд, ведь половые отношения — это одна из сторон человеческой жизни, однако важно то, какими красками эти отношения окрашены и в каком возрасте они происходят. Если об этом говорить, насмехаясь — это все равно что смеяться над своей жизнью.

В группе обсуждается, как складываются отношения между девушками и парнями, насколько они близки, существуют ли сексуальные отношения, к чему они приводят. Необходимо обсудить ошибочность утверждения:

«Сексуальные отношения — это доказательство любви». Очень часто приходится слышать, что парни просят доказать девушку, что она его любит. А любит ли он ее, уважает ли он ее, если просит «доказать» любовь к нему? Разве таким образом доказывают любовь? Бывают случаи, когда девушка, пытаясь удержать возле себя парня, вступает с ним в половую связь. Можно ли таким образом удержать возле себя любимого человека? А может, и не любовь это, а юношеская влюбленность? Чем отличается зрелая любовь от влюбленности?

Очень важно объяснить ребятам: любовь — прежде всего огромная ответственность за любимого человека и готовность пожертвовать своими интересами, не ощущая себя ущемленным.

Встречаются случаи, когда девушка заявляет парню, что она не хочет с ним встречаться, и парень насилует ее — это уже трактуется нашими законами как преступление против личности и сексуальной неприкосновенности.

#### Заметки для ведущего:

На все поставленные вопросы ребята должны сами дать ответы, их можно поправлять, если они уходят от темы. Важно, чтобы они сами думали и спорили между собой.

### ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ

#### «ЗНАКОМСТВО С ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ЗА СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ»

##### Цель:

Информирование об ответственности за сексуальное насилие и принуждение к занятиям проституцией.

##### Содержание:

Ведущий знакомит ребят с законами, которыми охраняется право человека на сексуальную неприкосновенность.

##### *Статья 131. Изнасилование*

1. Изнасилование, то есть половое сношение с применением насилия или с угрозой его применения к потерпевшей или к другим лицам либо с использованием беспомощного состояния потерпевшей, - наказывается лишением свободы на срок от трех до шести лет.

2. Изнасилование:

б) совершенное группой лиц, группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;

в) соединенное с угрозой убийством или причинением тяжкого вреда здоровью, а также совершенное с особой жестокостью по отношению к потерпевшей или к другим лицам;

г) повлекшее заражение потерпевшей венерическим заболеванием;

д) заведомо несовершеннолетней, - наказывается лишением свободы на срок от четырех до десяти лет.

3. Изнасилование:

а) повлекшее по неосторожности смерть потерпевшей;

б) повлекшее по неосторожности причинение тяжкого вреда здоровью потерпевшей, заражение ее ВИЧ-инфекцией или иные тяжкие последствия;

в) потерпевшей, заведомо не достигшей четырнадцатилетнего возраста, - наказывается лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет.

*Статья 133. Понуждение к действиям сексуального характера*

Понуждение лица к половому сношению или совершению иных действий сексуального характера путем шантажа, угрозы уничтожением, повреждением или изъятием имущества либо с использованием материальной или иной зависимости потерпевшего (потерпевшей) - наказывается штрафом, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до одного года.



*Статья 134. Половое сношение и иные действия сексуального характера с лицом, не достигшим шестнадцатилетнего возраста*

Половое сношение, совершенное лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, с лицом, заведомо не достигшим шестнадцатилетнего возраста, - наказывается ограничением свободы на срок до трех лет или лишением свободы на срок до четырех лет.

*Статья 135. Развратные действия сексуального характера*

Развратными считаются действия, которые носят сексуальный характер и наносят вред психике малолетних. Развратные действия - это циничные разговоры на сексуальные темы, показ порнографических изображений, видеокассет.

Совершение развратных действий без применения насилия лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, в отношении лица, заведомо не достигшего шестнадцатилетнего возраста, - наказывается штрафом, либо ограничением свободы на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до трех лет.

Заметки для ведущего:

Нужно сказать ребятам, что преступник, совершивший сексуальное насилие или развратные действия, понесет наказания за свое преступление. Но есть другая сторона - человек, перенесший посягательство на свою сексуальную свободу. Это всегда очень травматично психически, порой травма сохраняется на долгие годы и накладывает отпечаток на всю жизнь. Такому человеку необходима психологическая и психотерапевтическая помощь.

ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «КАК ИЗБЕЖАТЬ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ»

Цель:

Оказание помощи подросткам в выработке плана безопасности.

Содержание:

С подростками обсуждается, как можно избежать насилия на стадии разрыва отношений, и вырабатывается план личной безопасности в ситуации возможного нападения незнакомых лиц с целью изнасилования.

Стадия разрыва отношений — наиболее опасное время в плане насилия, так как прерывать отношения порой трудно, особенно если другая сторона этого не хочет. Как можно понять, что угрожает опасность? Существуют сигналы:

- партнер становится агрессивным;
- он угрожает расправой;
- он преследует;
- он наносит материальный вред (портит вещи);
- он контролирует каждый шаг.

Как избежать насилия в этот период? (Ребята сами вырабатывают план личной безопасности.)

А если вы подвергаетесь опасности насилия со стороны незнакомца на улице, в подъезде? (Ребята вырабатывают план личной безопасности в таких случаях.)

#### Заметки для ведущего:

Важно сказать ребятам, что не нужно в каждом видеть насильника, будь он твой любимый, хорошо знакомый или посторонний человек. Сексуальные насильники встречаются не так уж часто. Нужно знать об этом и не подозревать каждого.

### РЕФЛЕКСИЯ

#### Цель:

Получение обратной связи.

#### Содержание:

Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии.

### ЗАНЯТИЕ 7 (ВАРИАНТ 2)

Цель:

Формирование умения вырабатывать личный план безопасности.

### ПРИВЕТСТВИЕ

Цель:

Создание доброжелательной рабочей обстановки.

Содержание:

Участники по команде тренера с закрытыми глазами ходят по комнате. Когда они встречаются друг с другом, то, не открывая глаз, здороваются и называют имя. По команде тренера партнеры смотрят друг на друга и говорят, угадали товарища или нет.

### ОБСУЖДЕНИЕ «ЧТО ПРОИСХОДИЛО В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ»

Цель:

Анализ изменений в поведении подростков.

Содержание:

В группе обсуждается, как изменилось отношение к пьяным людям, может быть, подростки кому-то помогли осознать пагубность привычки употребления алкоголя.

Заметки для ведущего:

Наверное, в группе есть ребята, которые пробовали алкоголь, пиво. Может, они хотят высказаться, сохранилось ли желание «расслабиться» с алкоголем, или оно пропало и почему.

### ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «МОЖНО ЛИ ИЗБЕЖАТЬ НАСИЛИЯ»

Цель:

Поиск способов избегания ситуаций насилия.

Содержание:

Ведущий спрашивает ребят, приходилось ли им слышать от других подростков, что они подвергались опасности применения в их отношении насилия со стороны незнакомых людей? Где это происходило? Что

предпринимали подростки в этих случаях? А как можно избежать этой опасности?

Важно, чтобы ребята осознали тот факт, что они порой сами создают себе опасность: ходят по заброшенным домам, по стройкам, заходят в лифты и подъезды с незнакомыми людьми, по просьбе незнакомого человека идут показывать им какой-нибудь дом и т. д., тем самым подвергая себя опасности.

А вот если ситуация применения насилия возникла, можно ли что-то предпринять?

#### Заметки для ведущего:

Пусть ребята высказывают самые сумасбродные идеи. Важно научить их мыслить в затруднительных ситуациях и находить выход самостоятельно.

### СОСТАВЛЕНИЕ ПЛАНОВ БЕЗОПАСНОСТИ

#### Цель:

Развитие умения находить выход в ситуациях угрозы насилия.

#### Содержание:

Ребята распределяются на подгруппы по 3-4 человека. Каждой подгруппе дается задание выработать план безопасности. В этом плане указывается, как ребята поймут, что им угрожает насилие, и каковы те действия, которые они будут предпринимать.

#### Примеры ситуаций:

- на улице тебя преследует незнакомый человек;
- за тобой в подъезд входит незнакомый человек;
- незнакомец просит проводить до какого-то адреса;
- за тобой в лифт заходит незнакомец.

По прошествии 10 минут, подгруппы зачитывают планы безопасности.

#### Заметки для ведущего:

Ведущий заостряет внимание ребят на том, что не нужно в каждом незнакомце видеть насильника и маньяка. Вокруг живут в основном добрые

и отзывчивые люди. Маньяков и убийц — единицы, и если случится с ними встретиться, то нужно знать, что в этом случае предпринимать для избегания неприятностей.

## РЕФЛЕКСИЯ

### Цель:

Получение обратной связи.

### Содержание:

Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии.

## ЗАНЯТИЕ 8

Цель: повышение самооценки подростков, развитие самосознания, знакомство с основными законами РФ. Необходимые материалы: бумага, ручки.

### ОБСУЖДЕНИЕ «ЧТО ПРОИСХОДИЛО В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ»

#### Цель:

Анализ изменений в поведении подростков.

#### Содержание:

В группе обсуждается, что происходило в жизни подростков в последние дни.

### УПРАЖНЕНИЕ «СКАЗКА ЗА СКАЗКОЙ»

#### Цель:

Формирование представлений о необходимости законов.

#### Содержание:

Ведущий предлагает подросткам сочинить сказку про тридевятое царство-государство, в котором жили-были король и его народ. Группа делится на две подгруппы. Каждой дается свое задание. Первая группа пишет сказку про царство, где существуют законы и король следит за их исполнением. Вторая подгруппа сочиняет сказку про жизнь в царстве-государстве без законов. На творчество отводится 15 минут.

Каждая подгруппа зачитывает свою сказку. Затем следует обсуждение. Ребятам предлагается ответить на вопросы:

- В какой стране народу жилось лучше?
- Нужно ли контролировать исполнение законов?
- Нужны ли законы вообще?

Заметки для ведущего:

Не нужно останавливать ребят в выражении их фантазии. Пусть придумывают, это развивает способность к анализу своих чувств и поступков.

### ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «МОЖНО ЛИ ЖИТЬ БЕЗ УСТАНОВЛЕННЫХ ПРАВИЛ?»

Цель:

Поиск оснований необходимости существования законов.

Содержание:

Участникам предлагается представить, что вдруг в нашей стране, на нашей планете перестали существовать правила и законы, как в сказке. Что из этого бы вышло? Как стали жить и взаимодействовать люди? Когда существуют законы — это плохо или хорошо? Кому нужно соблюдать законы: потенциальным преступникам или всем гражданам?

Заметки для ведущего:

Нужно дать ребятам время пофантазировать, Но при высказываниях возвращать их в действительность, напоминая, какие права человека нарушаются или соблюдаются, так лучше воспринимается необходимость соблюдения законов.

### ИНФОРМАЦИОННО-ПРАВОВАЯ ЧАСТЬ «ОСНОВНЫЕ ЗАКОНЫ РФ, КАК И КЕМ ОНИ УСТАНОВЛИВАЮТСЯ»

Цель:

Знакомство с основами принятия и введения основных законов страны и поправок к ним.

### Содержание:

Ведущий знакомит подростков с процедурой разработки, принятия и введения основных законов России и поправок к ним.

Конституция — это Основной закон нашей страны, определяющий права каждого гражданина, его обязанности и ответственность. Конституция РФ вступает в силу со дня официального ее опубликования по результатам всенародного голосования.

Согласно Конституции РФ:

#### *Статья 94*

Федеральное собрание - парламент Российской Федерации - является представительным и законодательным органом РФ.

#### *Статья 104*

3. Право законодательной инициативы принадлежит Президенту РФ, членам Совета Федерации, депутатам Государственной думы, Правительству РФ, законодательным органам субъектов РФ. Право законодательной инициативы принадлежит также Конституционному Суду РФ, Верховному Суду РФ и Высшему Суду РФ.

4. Законопроекты вносятся в Государственную думу.

#### *Статья 105*

Федеральные законы принимаются Государственной думой.

#### *Статья 107*

Принятый федеральный закон в течение 5 дней направляется Президенту РФ для подписания и обнародования.

Президент РФ в течение 14 дней подписывает федеральный закон и обнародует его.

#### *Статья 134*

Предложения о поправках и пересмотре положений Конституции РФ могут вносить Президент РФ, Совет Федерации, Государственная дума, Правительство РФ, законодательные органы субъектов РФ.

## *Статья 118*

Правосудие в РФ осуществляется только судом.

Судебная власть осуществляется посредством конституционного, гражданского, административного и уголовного судопроизводства.

Судебная система РФ устанавливается Конституцией РФ и федеральным конституционным судом. Создание чрезвычайных судов не допускается.

## РЕФЛЕКСИЯ

### Цель:

Получение обратной связи.

### Содержание:

Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии.

## ЗАНЯТИЕ 9

### Цель:

Формирование потребности и способности к самопознанию, саморазвитию и самореализации.

Необходимые материалы: бумага, ручки, «Портрет современного подростка», созданный на первом занятии.

## ПРИВЕТСТВИЕ

### Цель:

Создание доброжелательной рабочей обстановки.

### Содержание:

Участникам предлагается представить, что они встретились все вместе через пять лет. Как бы они поздоровались?

## ГРУППОВАЯ ДИСКУССИЯ «ЧТО ХОТЕЛОСЬ БЫ ИЗМЕНИТЬ В ОБРАЗЕ ПОДРОСТКА»

### Цель:

Формирование способности к позитивным изменениям негативных черт характера и достижению позитивных жизненных целей.



### Содержание:

Участникам предлагается разделить черты портрета современного подростка, составленного на первом занятии, на положительные, которые следует развивать, и на отрицательные, от которых хорошо бы избавиться, так как они могут привести к столкновениям с законом. Необходимо обсудить с группой, какими способами этого можно добиться.

### РЕФЛЕКСИЯ «ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ ВО МНЕ»

#### Цель:

Осознание результативности занятий для каждого участника группы.

#### Содержание:

Ребятам предлагается по очереди высказаться, что изменилось в каждом из них, какие убеждения, установки.

### УПРАЖНЕНИЕ «ЧЕМОДАН»

#### Цель:

Подведение итогов.

#### Содержание:

Ведущий объявляет, что данное занятие - последнее, и группе предлагается собрать «чемодан» того, что они приобрели за последние 10 занятий, «багаж» записывается на бумаге и вкладывается в «чемодан» — конверт. Причем это должна быть коллективная работа

Спустя 10 минут ведущий зачитывает содержание «чемодана» и предлагает ребятам высказаться, в каких случаях они могут вспомнить о содержании «чемодана».

#### Заметки для ведущего

Нужно обязательно заострить внимание подростков на том, что, если они хотят, чтобы законы помогли им в трудных ситуациях, нужно, прежде всего, самим соблюдать их и подчиняться.

## **4.2. Психологическая реабилитация детей, пострадавших от психологического (эмоционального) насилия**

Хотя психологическое и эмоциональное насилие многими авторами рассматриваются как самостоятельные виды насилия, в данном разделе целесообразно их объединить, так как основные направления реабилитации практически совпадают. В отличие от ранее рассмотренных видов насилия, они в ряде случаев могут не приводить к острым эмоциональным расстройствам, но их последствия являются глубокими и стойкими, искажающими психическое и, особенно, личностное развитие ребенка.

Психологическое насилие всегда сопровождает физическое и сексуальное насилие, но и само по себе приводит к тяжелым последствиям. Обычными последствиями психологического насилия являются, прежде всего, нарушение самоконцепции ребенка, заниженная или неустойчивая самооценка. При значительной продолжительности психологическое насилие может воздействовать на все сферы жизни ребенка, вызывать стойкие эмоциональные и поведенческие нарушения и в целом значительно снизить качество жизни.

У ребенка, подвергающегося систематическому психологическому насилию, развивается модель образа жизни жертвы и формируется состояние «готовности» повторять эту модель в своей взрослой жизни. Характерными чертами образа жизни жертвы являются следующие аспекты.

— Искажение образа «Я», обвинение самих себя за происходящее; снижение чувства собственной ценности и значимости.

— Чувство страха и беспомощности как доминирующие чувства, мир воспринимается как двусмысленный, неопределенный и всегда опасный.

— Открытость, хрупкость и неопределенность границ собственного «Я», неспособность вовремя идентифицировать различные формы насилия; неспособность установить пределы и ограничения.

— Депривация базовых потребностей (неудовлетворение потребности в любви, принятии, понимании, принадлежности).

— Обязательное стремление к близости, синдром эмоциональной зависимости (созависимости): сверхпотребность в любви, страх потерять объект привязанности, зависимость, неуверенность в себе и в других, отрицание собственных потребностей.

— Подавление или обесценивание собственных чувств и переживаний, нарушение способности наслаждаться жизнью, нарушение способности к установлению эмоциональной близости, синдром «аффективной тупости» (отсутствие чувства общности с другими людьми, ощущение себя неспособным строить отношения эмоциональной привязанности, отвержение себя и других).

В дошкольном и младшем школьном возрасте последствия эмоционального насилия могут проявляться задержка в физическом, речевом развитии, задержка роста ребенка; формировании таких личностных особенностей как импульсивность, взрывчатость, враждебности, агрессивности; формировании вредных привычек (сосание пальцев, вырывание волос). В подростковом возрасте эмоциональное насилие может спровоцировать попытки совершения самоубийства. Подросток теряет смысл, цели в жизни.

Помимо семьи, ребенок чаще всего сталкивается с психологическим насилием со стороны учителей и сверстников в школе. Особенно тяжело ребенок переживает неправильное обращение в начальной школе.

### *Диагностика*

Наиболее сложными для диагностики являются ситуации, когда ребенок подвергается исключительно эмоциональному (психологическому) насилию.

Выявление факта насилия опирается на объективную информацию о семейной или школьной ситуации, особенностях отношений в семье, в классе (с учителем), типе семейного воспитания.

Диагностика индивидуальных особенностей ребенка должна дать достаточно полную картину его актуального эмоционального состояния и психического развития (познавательной, эмоционально-волевой и личностной сферы), а также межличностных отношений. Для этого может быть использован весь арсенал психодиагностических методик, адекватный возрасту ребенка.

В случае насилия в семье необходимо диагностировать особенности семейных отношений, типа семейного воспитания с использованием соответствующих методик (опросник Варги-Столина, Эйдемиллера и др.). Если насилие имеет место в школе, требуется выявление отношения ребенка к школе, учителю, одноклассникам. Диагностика семейных отношений производится и в этом случае, поскольку необходимо иметь информацию о ресурсах семьи.

#### *Коррекция последствий насилия*

Реакцией на тяжелую психотравмирующую ситуацию, связанную с психологическим насилием, могут быть выраженные эмоциональные расстройства (депрессия, острая тревога, страх), вплоть до суицида. В этом случае необходимо оказание экстренной помощи в виде кризисной интервенции, технология которой была описана выше. Основные подходы к терапии суицидального поведения рассмотрены в разделе о тяжелых последствиях насилия.

При отсутствии выраженных острых реакций на психологическую травму психологическая помощь сфокусирована на анализе происходящего и последствий подобного отношения к ребенку, помощи родителям в осознании и разрешении их собственных проблем, изменении взаимодействия между членами семьи. Кроме этого, важной задачей консультирования является изменение представлений ребенка о себе, повышение его уверенности.

Такая работа может проводиться в форме психологического консультирования или психотерапии, а также в форме тренингов. Ниже приводятся программы групповой работы с детьми и их родителями.

## **ТРЕНИНГ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ**

*Целевые умения программы:*

- ставить себя на место другого человека;
- устанавливать границы общения;
- раскрываться в общении;
- проявлять свои чувства, в том числе страхи, связанные с изменением ситуации жизни;
- управлять своим поведением;
- выполнять различные роли.

*Содержание программы*

1. Знакомимся поближе: Создание пространства для обсуждения чувств и отношений детей в будущей жизни в семье
2. Я не трус, но я боюсь: Проработка страхов и тревог
3. Я сержусь: Работа с гневом, раздражением, неумением справиться с этими чувствами
4. Я горюю: Работа с горем, утратами
5. Учимся договариваться: Формирование умения уступать и настоять на своем
6. Хочу и делаю: Достижение баланса между стремлением учиться чему-то и необходимостью волевого усилия
7. SOS — помогите мне: Формирование умения искать поддержку просить о помощи

Упражнения внутри каждой из тем программы разделены на три уровня. К первому относятся упражнения, основанные на рисовании и простой ролевой игре. Они могут быть доступны детям в возрасте от 5 лет.

Второй уровень предназначен для детей в возрасте от 9—10 лет. Эти упражнения направлены на развитие коммуникативной компетентности. Третий — для подростков. Здесь уже предполагаются вполне серьезные разговоры и элементы психосоциального просвещения. На данном уровне подросткам предлагаются, в том числе, упражнения, которые связывают навыки независимой жизни с профессиональным самоопределением.

Тем не менее, деление на уровни достаточно условно. В рамках одного занятия можно сочетать упражнения разного уровня и разных тем. Более простые упражнения, как правило, используют для «разогрева» группы. Отбор упражнений определяется составом группы.

Кроме упражнений, каждый цикл включает описание возможных направлений индивидуальной работы с ребенком, основанной на проработке его прежнего опыта. Помимо показаний к проведению упражнений, эти рекомендации включают краткие описания психосоциальных механизмов проблем ребенка, связанных с его прежним опытом. Эти описания могут использоваться для выработки рекомендаций семья ребенка и специалистам из его окружения.

Полагаем, что данная программа не требует предварительной диагностики: основные «болевы́е точки» ребенка можно определить на первых занятиях. Предметом диагностики должны стать:

- опасения и страхи ребенка, их содержание, проявление в поведении, техники совладания, которые использует ребенок;
- тип поведения ребенка в ситуации, близкой к травмирующей;
- характерологические особенности ребенка.

В ходе занятий все результаты работы ребенка можно собирать в отдельную папку. Он сам решит, что оставит в папке по окончании занятий — она будет обсуждена вместе с его окружением. Зарубежные коллеги включают в такой подбор фотографии ребенка как в ходе тренинга, так и сделанные раньше, его сочинения, интересные высказывания - все, что

укрепляет представление о ребенке как уникальной личности и в его собственных глазах, и в глазах окружения.

#### *Ведущие требования для проведения занятий*

1. Занятия должны быть интересными и эмоционально вовлекать подростков в обсуждение проблем, связанных с взаимодействием людей. В ходе тренинга ребенок столкнется с трудностями (например, при проработке темы «Психологические манипуляции»), так что если эти занятия будут еще и не очень интересными, то у детей не возникнет особого желания участвовать в такой работе. Баланс между трудностью и интересом играет важную роль в организации занятий.

2. Занятия направлены на актуализацию негативного опыта ребенка и его проработку. Важно, чтобы в ходе занятий происходило отделение прежней ситуации жизни от ответственности ребенка за случившееся. Ребенок часто думает, что все произошло по его вине: «Меня били, потому что по-хорошему я не понимаю». И маленькие дети, и подростки нуждаются в проработке этих переживаний. Часто, независимо от возраста, дети затрудняются в выражении чувств, освоении путей их проработки.

3. Занятия формируют стратегии совладающего поведения в сложных случаях, а семейная жизнь обычно содержит много таких ситуаций, которые потребуют от взрослеющего человека умения справляться как со своим эмоциональным состоянием, так и с самой проблемой. Важно, чтобы в ходе занятий ребенок, подросток больше узнали о себе, а узнав, приняли эту информацию.

4. Занятия должны соответствовать уровню развития ребенка. Важно предоставить ребенку возможность выбирать из всего потока информации ту, которая в данный момент нужнее всего. Важно помнить и о таком вполне реальном феномене коррекционно-развивающей работы, как эффект отсроченного действия — конечная цель занятия достигается через какое-то время после его проведения (например, ребенок оказывается в

ситуации, обсуждавшейся ранее на занятии, использует приемы, которые прежде не казались ему важными, и осваивает это знание).

#### *Режим проведения занятий*

Возможно включение заданий этой программы в другую психологическую работу с детьми. Наиболее уместно сочетание упражнений этой программы с тем или иным тренингом социально-психологической компетентности, тренингом креативности.

Программа рассчитана как минимум на шесть недель. Оптимальным режимом можно считать две встречи в неделю, в этом случае ребенок получает возможность приурочить новый опыт к своей повседневной жизни и втянуться в занятия. Длительность и частота занятий определяются состоянием ребенка.

*Групповая или индивидуальная работа.* Одни упражнения лучше проводить в режиме групповой работы, другие индивидуально. В любом случае вопрос о том, какой режим ринга более пригоден, должен решаться на основе особенностей эмоционального состояния ребенка, специфике его развития.

Возможно, тренер должен быть готов перестроиться на ходу занятия и применить тот уровень сложности упражнения, который будет доступен и не скучен участникам, Изменение групповой работы позволит вам повышать уровень сложности заданий. Те, кто не сможет выполнить задания одиночку, включаются в групповую работу.

Лучше, если группа не будет слишком большой, а оптимальный состав 4—6 человек.

*Разновозрастная группа.* Некоторые занятия полезно проводить в разновозрастной группе – например, занятия, направленные на проработку чувств. В рисовании данного типа дети разного возраста равны, одна старшие способны дать младшим неплохой опыт анализ рисунков. Многие из упражнений можно выполнять в группе детей и взрослых. Такой вариант



проведения помогает узнать друг о друге в режиме наибольшего благоприятствования.

Занятие продолжительностью 40—45 мин должно включать разминку на активизацию детей (какое-либо физическое упражнение, игру на сплочение), основное упражнение «заключение занятия (либо упражнение на релаксацию, либо рефлексия занятия). В качестве разогревающих упражнений хорошо использовать и различные игры на угадывание слов (например, «Да и нет — не говорите»).

### *ТЕМА 1. ЗНАКОМИМСЯ ПОБЛИЖЕ*

Приведенные здесь упражнения позволяют достичь двух целей - повысить эмоциональную компетентность детей и настроить их на обсуждение своих чувств в отношении из жизненной ситуации. Эти упражнения важно провести не только в начале тренинга, но и по ходу осуществления всей программы, в том числе для разогрева группы и мониторинга динамики эмоциональной компетентности участников. Желательно запастись несколькими наборами изображения эмоций, в том числе, постепенно вводя в обиход детей все больше эмоций. Опыт показывает, что иногда группа справляется только с 4—5 изображениями эмоций, а в ходе тренинга осваивает до 35 разных оттенков эмоциональных переживаний.

#### *УПРАЖНЕНИЕ 1. РАССКАЖИ О ЧУВСТВАХ БЕЗ СЛОВ*

*Инструкция для детей.* Что такое настроение? Каким оно бывает? Важно ли другим знать о вашем настроении? Как вы узнаете о настроении другого? Только ли из слов? Можно ли понять настроение без слов? Разделите лист бумаги на четыре части (согните лист пополам по вертикали и горизонтали), а потом разверните. В трех четвертушках нарисуй свои самые часто случающиеся настроения, а в четвертой – свое настроение сейчас.

После этого листы с рисунками собираются и детям» общаются правила обсуждения рисунков: говорить только о том, что вы чувствуете, видя рисунок.

*Правило 1.* Не давать высказываний типа: «Дурацкий рисунок», «Мазня», «Ничего не понятно».

*Правило 2.* Говорить только от себя — «мне нравится (не нравится) этот рисунок», а не «нам этот рисунок кажется неправильным».

*Правило 3.* Говорить о рисунках только на занятии и постараться не обсуждать рисунки потом.

Эти правила лучше заранее написать на листах и развесить в комнате, и каждый раз, когда кто-то из детей будет их нарушать, показывать какое правило было нарушено.

## *УПРАЖНЕНИЕ 2. РАЗНЫЕ СИТУАЦИИ — ОДНА ЭМОЦИЯ*

Цель упражнения — отделение эмоции от ситуативного контекста. Известно, что дети, пережившие травму, жестко связывают эмоции и ситуации, которые их вызывают. Такая связь существенно затрудняет выработку позитивного отношения к чувствам и готовность работать с этим эмоциональным опытом.

Для проведения упражнения вам понадобятся наборы карточек с разным выражением лиц. В каждом наборе будя изображение одной и той же эмоции, но на 4—6 карточках. Соответственно, карточек с разными эмоциями будет столько, сколько детей участвует в этом упражнении. Дети получают набор карточек. Если до этого вы проводили упражнения, когда в наборе были разные эмоции, используйте момент удивления детей: они обязательно скажут, что допущена ошибка и им даны одинаковые карточки, тогда-то и дайте детям следующую инструкцию.

*Инструкция участникам.* У вас много карточек, но наш изображено одно и то же выражение лица. Ведь известно, что люди могут испытывать одно и то же чувство в разных ситуациях. Ваша задача и состоит в том,

чтобы придумать как можно больше ситуаций, в которых человек испытывает такое чувство. На обратной стороне карточки напишите два-три слова, чтобы было ясно, какая ситуация провоцирует возникновение данного чувства. Пожалуйста, никому не показывайте свои карточки — это пока секрет.

Теперь дети начинают придумывать ситуации. В ходе этого процесса важно наблюдать за ними и в случае необходимости помогать кратко формулировать придуманные ситуации.

По завершении данного этапа и тем описаниям, которые были составлены ребятами, тренер предлагает детям отгадать, какая же эмоция досталась каждому из участников, Ведущий зачитывает описания, дополняя их в случае необходимости, а группа называет эмоцию или рисует ее на отдельном листе. Затем ответы группы сравниваются с теми карточками, которые были у игрока. Можно предложить участникам выбрать наиболее неожиданное описание эмоции, наиболее точное описание ситуации, наиболее красивое описание и т.д.

### *УПРАЖНЕНИЕ 3. ЦВЕТОВОЙ КАРНАВАЛ*

Это упражнение направлено на развитие понимания оттенков одного чувства. Опыт проведения тренинга убеждает в том, что дети не всегда умеют находить разные оттенки для обозначения эмоций цветом, более того, низкая чувствительность к цветовой передаче эмоций часто свидетельствует о пробелах в саморегуляции ребенка.

Предложите каждому участнику лист бумаги, который разделен на четыре равные части: синюю, зеленую, красную и желтую, и карточки с номерами от 1 до 6. Затем вы говорите следующее: «Сейчас я буду рассказывать об одном и том же чувстве, но вы должны представить, какой цвет для изображения каждой из рассказанных мной ситуаций подойдет больше всего, и на этот цвет положить карточку с номером ситуации. Давайте потренируемся. — Предложите для примера детям следующую

ситуацию. — *«Вы попали на аттракцион "Чертово колесо". Вам немного страшно, но очень весело смотреть вниз. Итак, что это за чувство и какого оно цвета?»*

Уже на этапе примера покажите детям, что нет правильного ответа — каждый имеет свое представление о цвете, поэтому дает тот ответ, который подходит именно ему. Далее детям зачитываются ситуации.

### *Радость*

1. Вы пьете вкусный горячий чай, за окном холодно, вам тепло — в ногах свернулся котенок, а в руках интересная книжка.

2. Вы долго собирались на новогодний маскарад, придумали себе красивый костюм, разучили несколько танцев, и вот вы на празднике, вокруг друзья, музыка, веселье.

3. Вы закончили сложное дело, за результат которого опасались. Но сейчас ясно, что вы достигли успеха.

4. Вы рисуете необычную картину: фантастический город, много идей, и получается совершенно необычно.

5. Вы смотрите очень смешной фильм, а настроение улучшается еще и потому, что смотрите этот фильм не в одиночестве, а с друзьями.

6. Вы плаваете в теплом море, светит солнышко, смотрите на красивые деревья и цветы около берега. Это последний день каникул.

После того как ребята распределили все карточки, можно обсудить, куда чаще всего по цвету попадает каждая из ситуаций. Если у кого-то ответ отличается от общей тенденции, предложите этому человеку пояснить свой выбор. Сосредоточьте внимание на том, что каждый имеет свое понимание цвета. Обратите внимание ребят на то, какие ситуации попали в один и тот же цвет. Спросите, что общего у ситуаций, которые окрашены одним и тем же цветом. В заключение спросите ребят, какое же чувство они окрашивали, и какие у этого чувства бывают оттенки («тихая радость», «бурная радость», «искрометная радость», «радость с грустинкой» и т.д.).

Вы можете повторить это упражнение относительно других эмоций.

## *УРОВЕНЬ 2*

### *УПРАЖНЕНИЕ 4. Я НЕ ХОЧУ ОТВЕЧАТЬ НА ВОПРОС*

Нередко при знакомстве с новыми людьми мы попадаем в ситуацию, когда нам задают неудобные вопросы. Причем они не кажутся особенными тем, кто их задает, но могут быть вам неприятны. Можете ли вы привести примеры таких вопросов? Пусть участники перечислят вопросы, затрагивающие, например, такие неприятные темы, как опыт, чувства, поведение и т.д. Обсудите отдельно вопрос и о том, что иногда мы не хотим отвечать на обычный вопрос, так как он чем-то задевает. Покажите детям, что неудобные вопросы бывают в двух случаях: от незнания (человек даже не подозревает, что вопрос для вас неудобен) и от желания вмешаться в вашу жизнь (человек стремится проникнуть на ту территорию, которую вы считаете запретной для других).

Что вы думаете о том, как следует себя вести в такой ситуации. Возможные варианты ответов:

- не надо показывать, что это задевает;
- надо промолчать — сделать вид, что вопрос не услышан;
- можно ответить резко: «Не ваше дело», «Не лезьте ко мне»;
- сказать, что вам не хочется отвечать на вопрос;
- можно показать, что вопрос неприятен — выразительно посмотреть, уйти из комнаты, убежать и т.д.

Важнейшей задачей этого упражнения становится формирование у ребенка представления о личных границах — возможности иметь право на тайну, свою территорию и т.д. В заключение упражнения вы можете обсудить, что какие-то темы по мере возникновения доверия между людьми становятся более доступными, а какие-то могут остаться «в тайне».

## *УРОВЕНЬ 3*

### *УПРАЖНЕНИЕ 5. ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА*

Спросите участников, знают ли они, что такое визитная карточка? Скорее всего, какое-то представление об этом есть. Спросите их также, для чего люди тратят деньги на изготовление карточек, почему обмениваются ими при первой встрече? Принесите на занятие и покажите образцы разных визитных карточек. Возможно, подростки скажут, что визитка — признак «понта», т.е. один из способов произвести впечатление. Пусть из принесенных вами визиток они выберут более и менее «понтовые». Когда будут выбраны менее «понтовые», попросите детей подумать — зачем человеку такая скромная визитка. Важно, чтобы сами участники пришли к выводу: визитка позволяет человеку представить себя так, как он хотел бы выглядеть в глазах других. Далее переходите к основной части упражнения — раздайте каждому участнику лист формата А4. Пусть они выделяют углы листа так, чтобы получились квадраты со стороной 4 см, а также нарисуют квадрат в центре размером 4х4 см.

В левом верхнем углу они должны написать, какое место им кажется самым лучшим на Земле. В правом верхнем углу - ту способность, которой они гордятся. В левом нижнем углу пишется дата одного из самых счастливых дней жизни (можно заменить счастливый день на важный), а в правом нижнем - важное планируемое событие в жизни человека. В центре пишется имя режиссера, которому подросток поручил бы снять фильм о себе. Если указать имя сложно, можно привести название фильма, режиссер которого кажется подростку подходящей кандидатурой для этого дела. На подготовку визитки отводится от 15 до 25 мин.

После этого визитки собираются и перемешиваются. Перед следующим шагом упражнения ведущий сообщает, что часто руководитель фирмы посылает на первое знакомство своего представителя, который и рассказывает о хозяине визитки. Именно этим и будут заниматься участники тренинга. Каждый из участников получает визитку кого-то другого и составляет рассказ об этом человеке, при этом задача рассказчика — дать

самую позитивную информацию об авторе визитной карточки. Ведущий может предложить свою помощь, если в визитке что-то будет не ясно или подростку будет трудно составить рассказ. Рассказ лучше всего начинать словами: «Я хочу рассказать вам об очень интересном (загадочном, одаренном человеке)...». По желанию автор визитки может дополнить рассказ, а может остаться в тени занятия.

### *УПРАЖНЕНИЕ 6. ПРОФЕССИИ И ОБЩЕНИЕ, ИЛИ КАК Я ХОЧУ ОБЩАТЬСЯ?*

Рекомендации тренеру. Данное упражнение — тестовое, когда подросток определяет, какой тип общения ему больше всего подходит в профессиональной деятельности. Обсуждение результатов упражнения можно построить на основе планирования проб подростка в каждом из типов общения.

#### *ТЕМА 2. Я НЕ ТРУС, НО Я БОЮСЬ*

Упражнения этой темы позволяют проработать страхи и опасения детей, связанные с ближайшим будущим. Проговоренный страх — наполовину преодоленный страх. На этом утверждении построена основная часть упражнений. Кроме того, важно помочь детям преодолеть запрет на обсуждение страхов. Как показывает опыт, многие из них уверены, что страх — предмет стыда, поэтому и не умеют работать со своим страхом.

#### *УРОВЕНЬ 1*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 1. ПУГАТЬ И ПУГАТЬСЯ*

Попросите детей нарисовать очень страшную картинку — такую, глядя на которую хочется сказать: «Ужас какой!» Пусть по завершении рисования дети выберут самую страшную картинку. Для этого каждому ребенку дайте три фишки, чтобы он положил их на три картинки, которые покажутся ему самыми страшными. Та картинка, которая будет признана самой страшной для всех детей, становится предметом обсуждения. Попросите ребят

подумать, можно и сделать эту картинку еще страшней. Пусть каждый предложит свой вариант усиления устрашающей силы картинки.

Потом попросите каждого сказать, что нужно убрать из картинки, чтобы она перестала быть страшной. Пусть дети постараются убирать как можно меньше элементов картинки. Попросите их нарисовать самую страшную картинку без тех деталей, которые и делали ее самой страшной. Можно на следующем занятии раздать ребятам копии страшной картинки и попросить внести изменения: исключив самые страшные элементы или те, что делают картинку самой страшной. Спросите после этого, что изменилось на картинке.

## *УРОВЕНЬ 2*

### *УПРАЖНЕНИЕ 2. ПОЙМИ МОЙ СТРАХ*

Это упражнение построено на приеме псевдоотдаления ребенка от проблемы страха. Участникам предлагаются якобы результаты исследования таких же ребят с точки зрения страхов и тревог. Исследование построено на завершении предложений. Участникам занятий раздаются карточки, на которых с одной стороны написано предложение, а с другой — продолжение. Ребятам предлагается объяснить, что имели в виду их сверстники. Можно разделить участников на небольшие группы, например, по 2—4 человека или пары, каждой группе дать по одной карточке. Дети должны найти как можно больше разных объяснений каждой фраз. Например, «Мне страшно, когда... я знакомлюсь с новыми людьми», означает, что человек не уверен, хорошо ли к нему отнесутся в первый момент знакомства, а может быть, человек не знает, как вести себя в этой ситуации. Подчеркните *значимость объяснения страха* – оно позволяет найти проблему, которую решить легче, чем просто преодолеть страх. Попросите ребят придумать, как помочь человеку, который теряется в новой обстановке и т.п., т.е. помогите участникам перейти от фокуса на страхе к пониманию его источников. По ходу



выполнения задания участники проговаривают ситуации, которые у них вызывают наибольшие опасения,

### *УРОВЕНЬ 3*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 3. СТРАХИ ВЕЛИКИХ*

Подготовьте детям рассказ о страхах известных актеров и звезд поп-культуры (используйте материалы популярных журналов). Подчеркните, что переживание страха не связано с постоянным неуспехом и что даже очень известные и успешные люди могут бояться. Попросите подростков составить коллажи из газетных и журнальных вырезок на тему страхов. Для этого разделите участников по определенному признаку (мальчики и девочки; ребята до 12 лет и старше). Пусть они подготовят импровизированную газету, посвященную проблемам страха. Затем сравните и обсудите получившиеся результаты коллективного творчества.

#### *УПРАЖНЕНИЕ 4. МОЕ Я*

Это упражнение было разработано в рамках гуманистического подхода и направлено на принятие себя и своего опыта без лишних слов и размышлений. Последовательно ребенок делает три рисунка, не зная тему каждого следующего: «Я глазами других», «Я, каким хотел бы быть», «Я какой есть». Подчеркивайте, что в этом упражнении качество не важно и что ребенок может отказаться от работы.

*Инструкция ребенку.* «Нарисуй себя таким, каким тебя видят другие». По окончании этого рисунка с учетом состояния ребенка задайте ему вопросы на уточнение. Не настаивайте, если он не захочет говорить. Вы можете предложить ему изобразить свои мысли без слов или свои чувства. Пост этого перейдите ко второму рисунку — «Нарисуй себя таким, каким ты хочешь быть». Пусть ребенок попробует рассказать: «Что будет, если он станет таким», «Что изменится, а что нет», «Мнение и отношение каких людей изменится к нему, а каких нет», «В каких ситуациях ему будет легче, а

в каких — труднее». Заключительный рисунок - «Нарисуй себя таким, какой ты есть». Вы можете задавать, вопросы по ходу рисования.

### *ТЕМА 3. Я СЕРЖУСЬ*

С самого детства важно помочь ребенку научиться проявлять свой гнев. Хотя лучшим способом обучения проявления гнева становится адекватное отношение к эмоциональным вспышкам ребенка. Тем не менее, он постепенно должен осваивать несколько основных правил выражения гнева.

1. Говорить не о человеке в целом, а о его поведении, которое и вызывает гнев.

2. Говорить от себя, т.е. начинать с таких слов, как «я», «мне», а не «ты», «тебя».

3. Стараться говорить в тот момент, когда гнев был вызван, не удерживать его длительное время.

4. Выражать гнев относительно данной конкретной ситуации, не поминать все прежние прегрешения человека.

### *УРОВЕНЬ 1*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 1. ЗЛЮСЬ, СТРАДАЮ, ОБИЖАЮ*

Принесите на занятие мягкую игрушку, желательно крупную. Предложите детям показать более и менее подходящее проявление гнева на такой игрушке. Если дети стесняются выразить гнев сильно, т.е. очень агрессивно, попросите их посоревноваться — кто обнаружит самый сильный гнев. Важно, чтобы ребята показали именно очень сильное аффективное проявление гнева. После этого предложите детям, наоборот, двигаться от самой сильной степени гнева к самой слабой. Роль ведущего в этом упражнении — показывать те приемы выражения гнева, которые детям не знакомы, например, словами, как можно выразить гнев мимикой и т.д. Задача этого упражнения — показать детям разную степень выражения эмоции гнева.

## *УРОВЕНЬ 2*

### *УПРАЖНЕНИЕ 2. МНЕ ТАК НЕ ПРАВИТСЯ, КОГДА...*

Предложите детям найти как можно больше вариантов продолжения предложения:

*Я сержусь, если...*

*Я просто вне себя, когда...*

*Мне совсем не нравится...*

*Я бываю очень злым, когда...*

*Я не могу стерпеть...*

*Меня просто бесит...*

Высказывания напечатаны на отдельных листках, и каждый участник может написать несколько продолжений для каждого из высказываний. Обсудите, сколько повторов и близких высказываний обнаружено в ответах разных участников. Выпишите самые частые ответы на доску. Предложите детям сыграть в перевертыш: представить, что это замечания в их адрес (например, «Меня бесит, когда меня не принимают всерьез»). Спросите детей, как, по их мнению, лучше всего донести эту мысль до другого?

## *УРОВЕНЬ 3*

### *УПРАЖНЕНИЕ 3. ВЛАСТЕЛИН СВОЕГО ГНЕВА*

С подростками вы можете обсудить достаточно сложную тему — что делать, если выразить гнев сложно, например, когда это касается близкого человека. Предложите им написать маленькое послание тому, на кого они до сих пор сердиты (уже несколько лет), а потом уничтожить это послание. Важно, чтобы участники пришли к выводу: «Управлять своим гневом не значит уметь его искусно прятать, а уметь его выражать».

## *ТЕМА 4. Я ГОРЮЮ*

Упражнения, приведенные ниже, обращены к вполне естественному и часто встречающемуся чувству — горю, грусти, переживанию утраты, которое не менее часто бывает запретным для детей. С одной стороны,

взрослые очень боятся детского горя, поскольку не знают, ни как к нему относиться, ни как помочь ребенку. С другой — дети не находят самостоятельно адекватных способов выражения горя.

### *УРОВЕНЬ 1*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 1. РАЗНЫЙ ЦВЕТ ГОРЕСТНЫХ ЧУВСТВ*

Предложите детям список следующих чувств: горе, тоска, грусть, расстройство, печаль. Попросите их объяснить, что разного в этих чувствах, а что одинакового. Лучше, если дети приведут примеры ситуаций, в которых человек может испытывать то или иное чувство. Если они испытывают затруднения, предложите им следующие ситуации.

- *У человека умер кто-то очень близкий.*
- *Вы нашли потерявшуюся собаку, пригрели ее, а потом пришел хозяин, чтобы забрать пса, к которому вы привязались*
- *Вас наказали за чужую провинность.*
- *Из-за дождя расстроился поход в лес с друзьями.*
- *Вы ждали звонка от друга, а он забыл это сделать.*
- *Из-за случайности вы поссорились с очень близким человеком.*

Предложите детям использовать цветные карандаши и выразить цветом различные оттенки грустного настроения в указанных ситуациях. Может случиться так, что цветовых вариантов для обозначения настроения окажется больше, чем слов. После рисования цветов грусти обратите внимание на рисунки, где получилась светлая грусть: когда она не обременяет, а заставляет задуматься.

### *УРОВЕНЬ 2*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 2. Я ГОРЮЮ, КОГДА...*

Попросите участников найти как можно больше определений горя, например: глубокое, долгое, неожиданное, всепоглощающее. Потом

предложите сделать то же самое со словом «грусть»: гнетущая, светлая, поэтическая.

Пусть участники попробуют определить, чем отличается один вариант горя от другого, приведут примеры.

Предложите участникам найти как можно больше вариантов продолжения следующих фраз:

*Я грущу, когда...*

*Меня легко расстроить, если...*

*Когда человек тоскует, то...*

*Горе — это когда...*

Попросите ребят написать продолжения каждой фразы на отдельных карточках. Перемешайте карточки. Предложите сравнить ответы. Как можно их разделить? Например, по причине расстройства: поведение другого человека, свое собственное поведение, отношение другого человека и т.д. Ответы можно типизировать и по такому основанию как проявление горестного настроения.

### **УРОВЕНЬ 3**

#### **УПРАЖНЕНИЕ 3. ВИЖУ, ТЫ РАССТРОЕН**

Попросите детей рассказать, как они понимают, что другой человек горюет. Какие признаки горя более заметны, а какие менее? Возможно, дети назовут не так много внешних проявлений горя: слезы и плач, грустное выражение лица (опущенные уголки рта, полузакрытые глаза), поза горюющего (опущенные плечи, сгорбленная фигура). Предложите им нарисовать или изобразить эти проявления. Обязательно после такого упражнения попросите ребят изобразить другие чувства — расслабленность, удовлетворенность и т.д.

В заключение упражнения спросите, нужно ли скрывать от семьи свое горестное настроение, как показать горе так, чтобы другие могли помочь вам, как рассказать о том, что вас угнетает? Может быть, дети смогут придумать

истории, которые начинались бы словами: «Однажды я расстроился из-за того, что...». Запишите эти рассказы, а потом включите их в папки детей.

### *ТЕМА 5. УЧИМСЯ ДОГОВАРИВАТЬСЯ*

#### *УРОВЕНЬ 1*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 1. ПОЙМИ МЕНЯ*

Это упражнение можно проводить в группе из трех-пяти человек. Суть упражнения — в развитии двух умений: уметь передавать другому человеку свой замысел и уметь понимать замысел другого без слов. Каждый участник получает лист бумаги и один из цветных карандашей. Важно, чтобы все участники упражнения рисовали карандашами разных цветов. Задание состоит в следующем: каждый придумывает, что бы он хотел нарисовать. После этого по команде ведущего все начинают рисовать свой замысел, но через 10— 20 с. (по усмотрению ведущего) рисунок прерывается и передается соседу по кругу. Без слов и комментариев другой продолжает рисунок, затем по истечении того же отрезка времени, рисунок передается дальше по кругу и т.д., пока не вернется «хозяину». Первый автор имеет право что-то дорисовать, но ничего не менять и не зачеркивать. После этого каждый сообщает, что он хотел нарисовать и что из этого вышло. Если первоначальный замысел сильно отличается от полученного результата, обсудите, что помешало реализовать план: кто-то невнимательно посмотрел на рисунок или замысел был обозначен неточно. Важно, чтобы участники упражнения проговорили, что уровень понимания замысла другого и умение донести свою мысль до других тесно взаимосвязаны. После пробного рисунка можно повторить упражнение, усложнив правила игры: ограничить участников определенной темой (Живая природа, Неживая природа, Дом); уменьшить время рисования и т.д.

По ходу выполнения упражнения обсудите с участниками и такие темы:

- в чем соблазн простых рисунков (легче передать замысел, но

получается, что примитивную мысль высказать легче, чем что-то более сложное);

- что чувствуешь, когда тебя не поняли;
- как нужно оформить свой замысел, чтобы другой тебя понял;
- как нужно изучать рисунок другого, чтобы как можно лучше его понять;
- кто несет ответственность за непонимание.

Основным выводом данного упражнения становится принятие участниками обоюдной ответственности общающихся людей за взаимопонимание — часто те, кто хочет быть понятым, считают, что другой (если он любит и хочет помочь) должен их понять сам по себе, но, как правило, постараться обеим сторонам.

## *УРОВЕНЬ 2*

### *УПРАЖНЕНИЕ 2. МНЕ НЕ ХОЧЕТСЯ ЭТО ДЕЛАТЬ*

Любой человек не раз сталкивается с ситуацией, когда ему предлагают делать то, что не очень хочется. Бывало так у вас? В семейной жизни это случается очень часто: вам могут предложить развлечение или дело, которое не хочется делать сейчас. Как стоит повести себя в такой ситуации?

*Ситуация 1.* Вам предлагают помочь приготовить обед (убрать квартиру). Вы побаиваетесь, потому что не имеете нужного опыта.

*Ситуация 2.* Вам предлагают пойти в кино, но вам не хочется смотреть этот фильм. Все члены семьи хотят сделать это, кроме вас. Вам не хочется отрываться от коллектива, не очень интересно и оставаться в одиночестве.

*Ситуация 3.* Вам предлагают заняться каким-то делом с тем членом семьи, с кем вы себя чувствуете не очень уверенно. Вам бы хотелось делать то же самое, но с другим. Как быть?

Выслушайте варианты, предложенные детьми, а потом попросите их ответить на вопрос: «Для чего человек будет соглашаться делать то, что ему

не очень хочется?» Это упражнение помогает ребенку научиться говорить о своем желании и управлять своим желанием.

### *УРОВЕНЬ 3*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 3. МЫ СМОТРИМ ТЕЛЕВИЗОР*

Бывает так, что кто-то в семье хочет смотреть одну программу, а кто-то — другую. Предположим, вы оказались в такой ситуации.

*Ситуация 1а.* Кто-то из семьи смотрит фильм, а вам очень хочется увидеть футбольный матч (концерт), который не будут повторять. Как попросить «уступить» вам телевизор?

*Ситуация 1б.* Вы смотрите интересный фильм, но вот к вам подходит другой член семьи и говорит: «Ты знаешь, сейчас начнется футбольный матч (концерт). Я очень хочу его посмотреть, можно переключить на другой канал?»

### *ТЕМА 6. ХОЧУ И ДЕЛАЮ*

Основная задача упражнений этой темы — прояснить желания ребенка и научить его говорить об этом.

### *УРОВЕНЬ 1*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 1. РИСУЕМ НА СВОБОДНУЮ ТЕМУ*

Разделите детей на пары. Каждому дайте по два-три листа бумаги и по карандашу, причем в одной паре у детей должны быть карандаши разного цвета. Попросите согнуть листы пополам, по вертикали и горизонтали, а затем развернуть их. Каждый рисунок нужно будет помещать в одну из четвертушек, пока не заполнится весь лист. После этого объясните задание: «Один из вас рисует другому какую-то линию, неважно, какую. Другой делает то же самое. После этого вы продолжаете начало рисунка так, как вам захочется. Постарайтесь ничего не говорить. Когда вы закончите рисовать, обменяйтесь рисунками и обсудите, что получилось у каждого». Напомните детям простое правило: «До того как рисовать, продумайте, что вы хотите



изобразить, посмотрите на линию с разных сторон и представьте рисунок, который хотите сделать».

### *УРОВЕНЬ 2*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 2. МОЕ ЛЮБИМОЕ ЗАНЯТИЕ*

Кто-то из участников загадывает любимое дело (он говорит правильный ответ ведущему или кому-то из участников, который держит это в тайне до конца игры). Другие дети стремятся догадаться и для этого задают вопросы, например: «Этим можно заниматься с другими? Это можно делать только дома? Для этого нужно куда-то ехать? Для этого нужен альбом?» Взрослый может участвовать в отгадывании, особенно если важно показать детям, как нужно задавать вопросы.

Ведущий может учить детей задавать вопросы, спрашивая, какие вопросы помогли приблизиться к ответу. Помните, что важно научить детей умению получать информацию, только тогда они смогут справиться с ситуацией, в которой им придется сообщать что-то о себе. Поэтому включайте такие вопросы, как: «Для этого нужно учиться? Это утомительное занятие? Это занятие тренирует мышцы? Этому занятию учат в школе? Это могут делать взрослые?» Т.е. по мере возможностей расширяйте круг вопросов детей.

Также ведущему следует уделять внимание необычным загадкам, которые открывают человека с новой стороны. В заключение предложите детям составить вопросы для того, чтобы поближе узнать об интересах другого человека. Вы можете предложить им сравнить силу как открытых вопросов (на которые нельзя ответить «да» или «нет»), так и закрытых (на которые отвечают «да» или «нет»).

### *УРОВЕНЬ 3*

#### *УПРАЖНЕНИЕ 5. ЦЕПОЧКА СОБЫТИЙ*

Это упражнение направлено на развитие умения ребенка планировать свое время. Приготовьте лист бумаги, где нарисовано 15 квадратов

достаточным местом для рисунков и записей. Предложите детям изобразить символы дел, которыми они будут заниматься в обычный день в семье во временной последовательности, начиная с пробуждения. Пусть они укажут время, когда хотели бы проводить эти действия. Нужно соединить стрелками те квадраты, которые тесно связаны между собой (например, позавтракал — почистил зубы). Если детям трудно выполнить это задание, они могут заполнить 15 ячеек делами сегодняшнего дня, начав с самого последнего дела, т.е. выполнения упражнения, и дойдя до самого начала дня.

Предложите участникам это упражнение не один раз, используя следующие темы для рисования событий в жизни.

- Мой обычный рабочий день.
- Праздник.
- История полезных советов и помощи (участники должны вспомнить 15 самых важных событий, связанных с помощью, которую они получили).
- День, когда я опоздал (история дня, который начался с опоздания).

Вы можете предлагать разные темы для составления последовательности событий в зависимости от проблемы ребенка. В ходе индивидуальной работы попросите его вспомнить 15 важных событий из жизни и выстроить их в цепочку по времени.

#### *ТЕМА 7. SOS – ПОМОГИТЕ МНЕ*

Приведенные ниже упражнения формируют *способность просить о помощи*, которая на самом деле складывается из многих составляющих:

- умения понять, что без помощи не обойтись;
- умения просить именно о той помощи, которая нужна;
- умения поблагодарить за помощь;
- умения найти того, кто действительно может помочь;
- умения включиться в работу людей, которые оказывают помощь, не быть пассивным ее приемателем.

#### *УРОВНИ 1 И 2*

### *УПРАЖНЕНИЕ 1. КТО ПОМОЖЕТ И КАК*

Это упражнение можно проводить с детьми возраста 5—6 лет, главное — предложить детям ситуации, которые были бы им интересны. Рассмотрите с ними следующие ситуации, отвечая на вопросы, кто или что может помочь человеку и как просить о помощи.

*Ситуация 1.* Мальчик пишет домашнее сочинение и не знает написание слова (спросить у взрослых, у старшего брата или сестры, посмотреть в словарь, позвонить знакомому).

*Ситуация 2.* Девочка впервые идет в магазин и не знает, в правильном ли направлении она идет (спросить у прохожих, вернуться домой и попросить проводить).

*Ситуация 3.* Вы купили в магазине пачку творога, а когда открыли ее дома, оказалось, что продукт испорчен (вернуться в магазин и попросить продавца поменять товар).

*Ситуация 4.* Вы поссорились с другом и не знаете, как помириться.

*Ситуация 5.* Вас обидели в школе, но многие считают, что вы сами в этом виноваты.

Пусть дети придумают свои ситуации и предложат их для решения группой.

### *УРОВЕНЬ 3*

### *УПРАЖНЕНИЕ 2. МНОГОЛИКАЯ ПОМОЩЬ*

Подготовьте набор карточек. На одних из них написаны просьбы о помощи, на других — ее варианты. На одну и ту же просьбу даны два варианта помощи: из роли сверстника и роли взрослого.

#### *Карточки-просьбы*

- Помоги мне перейти дорогу.
- Помоги решить задачу.
- Помоги вымыть посуду.
- Пожалуйста, одолжи мне денег.

- Помоги помириться с другом.
- Будь добр, дай телефон твоего приятеля, с которым мы познакомились у тебя на дне рождения.

*Карточки-ответы*

- Бабушка, давайте ваши сумки и держитесь за меня.
- Я тороплюсь, попросите милиционера, вот он стоит.
- Расскажи мне, как ты уже пытался решить задачу, будем думать вместе.
- Давай я решу, а ты перепишешь решение.
- Оставь мне сковородку и кастрюлю, а тарелки помой сам.
- Давай я помою за тебя посуду, а ты уберешь мусор за младшими.
- Давай я расскажу тебе, как ты можешь заработать деньги.
- Хорошо, но через неделю верни.
- Расскажи, что произошло, из-за чего произошла ссора?
- Давай я с ним поговорю, скажу, как ты расстроен.
- Я должен спросить его разрешения дать тебе его номер телефона. И тогда обязательно дам.
- Давай я скажу ему, что ты хочешь с ним общаться и дам твой номер телефона.

Разделите детей на две неравные группы — в первой должно быть в два раза меньше людей, чем во второй, не сообщая им, как распределены запросы о помощи и ответы на них. Раздайте детям карточки, попросив не показывать друг другу их содержание. Те, кто получил карточки с просьбой, должны подумать над следующими вопросами.

- Кто может просить о помощи?
- Чего хочет просящий?
- К кому он может обращаться за помощью?

Те, кто получил карточки с вариантами помощи, должны подумать над вопросами.

- С какой просьбой к ним обратились?

- Из чьей роли была предложена помощь?
- Кто обратился за помощью (пол, возраст, характер)?
- Чего хочет человек? Важно ли это знать тому, кто оказывает помощь?

Суть упражнения состоит в том, чтобы ребенок увидел, как по-разному люди реагируют на просьбы и как важно определить, какой помощи хочется на самом деле.

После того как ребята изучат содержание своих карточек и ответы на вопросы, приступайте к обсуждению. Те, у кого карточки с просьбами, по очереди зачитывают свою просьбу и рассказывают, какую помощь могут получить и от кого. Те, у кого находятся соответствующие ответы, зачитывают один ответ, а потом второй. После этого вся группа решает, насколько просящий догадался об ответах, и какой из ответов самый лучший (провоцируйте ребят на то, но лучшего ответа может и не быть, что среди ответов нет плохих — все зависит от ситуации).

### *Завершение тренинга*

Наилучшим способом закрыть тренинг с детьми становится просмотр фильма или чтение небольшой книги, совместная прогулка — какое-либо действие по сближению детей между собой и их отделением от тренера. Можно подготовить небольшие письма каждому участнику, в которых понятно и честно рассказать ребенку о тех положительных изменениях, которые вы заметили.

## **ТРЕНИНГ УПРАВЛЕНИЯ ЖИЗНЬЮ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ**

Цели:

1. Формирование перспективы своей жизни.
2. Развитие личностной рефлексии.
3. Формирование активной позиции подростка в решении вопросов своей социальной реабилитации.
4. Расположение подростка к участию в социально-психологических программах.

5. Пробуждение интереса к себе и своим ресурсам.

6. Развитие ответственности и самостоятельности.

## УПРАЖНЕНИЯ И ЗАДАНИЯ

### ВВЕДЕНИЕ

Это упражнение направлено на определение готовности подростка к проработке своих планов на будущее. *Мотивационную* основу тренинга составляет противопоставление социальной мотивации и мотивации перспективой будущего. Почти все подростки, имеющие опыт асоциального поведения, легко откликаются на чужое влияние, будучи зависимым от мнения окружающих. Многие из них обделены вниманием окружающих и за доброе отношение и внимание готовы сделать все что угодно. Именно поэтому важно создать для этих подростков весомый противовес социальной мотивации.

Что располагает человека достигать поставленных целей? Желания человека — самый сильный стимул деятельности. Что лежит в основе наших «хотений»? Можно ли заставить себя захотеть что-нибудь? Один из самых сильных источников — стремление получать положительные отклики и позитивное отношение. Похвалы, внимание к своей работе, интересные мнения относительно того, что вы сделали, — вот что может заставить человека много, скрупулезно, долго и напряженно работать. Любовь, уважение, привязанность, как наша к людям, так и других людей к нам, также располагают нас к новым достижениям. Но стремление к одобрению и добрые отношения с другими — не единственный источник мотивации. Более того, с возрастом человек становится все независимее от мнения других, а отношения и достижения становятся все более обособленными друг от друга аспектами жизни. Кроме того, такой источник мотивации, как желание нравиться, действует не во всех сферах жизни. Например, выбор профессии и упорное стремление стать хорошим специалистом мало зависят от желания нравиться. Наоборот, устремленность к своей цели может

раздражать других, а самостоятельность часто и проявляется в том, что человек не нуждается во внешнем одобрении. Но тогда что может поддерживать человека в реализации его планов?

Рекомендации тренеру. Проанализируйте ответы подростка: указал ли он на значимость планов, какие примеры привел для иллюстрации своей точки зрения. Обсудите с ним, что располагает его выбирать ту или иную цель. Можно рассказать и о том, что все *цели и желания человека* делятся на *основные* (те, ради чего все делается, те, которые важны сами по себе, например, принятие окружающими, стремление к открытиям) и *инструментальные* (нужные для чего-то и ведущие к реализации основных желаний). Известно, что многие правонарушители как раз затрудняются в определении основных целей, а иногда и подменяют основные цели инструментальными. Попробуйте вместе с подростком выстроить из его желаний лестницу (может быть, даже не одну), т.е. расположить желания в соотношении причина—следствие: «Достижение этого приведет к реализации вот этого желания, а это желание поможет достигнуть вот этого». Если подросток почувствует, что каких-то ступенек в его лестнице желаний не хватает, помогите ему предположить, какие могут здесь быть промежуточные желания. Важно показать подростку, что к самой последней ступеньке можно идти разными путями.

Запишите все ответы подростка, в том числе его лестницы желаний. Наблюдайте и фиксируйте в дневнике поведение подростка: его эмоциональные реакции, сопротивление заданиям, вопросы, которые он задает. Сделайте общее заключение о том, насколько подросток готов к работе над своим планом жизни. Попробуйте определить и степень зависимости подростка от внешней среды.

#### УПРАЖНЕНИЕ 1. НАЗАД, В БУДУЩЕЕ

Спросите подростка, как он понимает слово *перспектива*. Если он не знает значения этого слова, предложите ему два выражения и попросите

объяснить, в каком значении употреблено слово «перспектива». «Картина отличалась хорошей перспективой: глядя на нее, можно было почувствовать устремленность художника в даль». «Этот спортсмен имеет хорошие перспективы в будущем чемпионате».

Перспектива — это все те стремления и желания, которые продвигают человека по жизни. Перспектива может быть сильной и делать самого человека сильным, и слабой — не располагать человека к достижениям. Как и на картинах, у человека перспектива может быть короткой — на 2—3 месяца, а то и недели, и продленной — вперед на несколько лет.

Обсуждение перспективы позволяет вам выйти с подростком на обсуждение значимых тем, которые для многих из них запретны или связаны с многочисленными асоциальными стереотипами: смерть, утрата, предательство, немощь, любовь и т.д. Чтобы сам подросток шел на обсуждение этих проблем, вам важно быть готовым к разговору на такие темы.

Исследования психологов показали, что существует несколько признаков «слабой» перспективы:

—представления о будущем чересчур оторваны от реальности — вместо желаний и намерений есть мечты;

—в образе будущего нет явных приоритетов жизни, т.е. самых значимых для человека событий, желания по преимуществу связаны с приобретением вещей, досугом, но не профессиональным ростом, самореализацией, выстраиванием семейных отношений, стремлением понять происходящее;

—недостаток связи между ближайшим, близким и отдаленным будущим — нет связи между планами на ближайшие месяцы и два-три года, например, человек постоянно отдает предпочтение своим сиюминутным желаниям (сейчас купить модные джинсы, сейчас сходить в кино, сейчас получить хорошую отметку) или, наоборот, отдаленным (потом купить



квартиру, потом создать семью, потом получить второе высшее образование);

—разные аспекты и события будущего мало связаны между собой — обычно в планах человека так много событий, что непонятно, когда он все собирается успеть;

—желаемые события по преимуществу связываются с везением, какими-то внешними и не зависящими от человека явлениями — человек толком не представляет, что от него потребуется для реализации желаний (например, выиграть в лотерею, встретить человека, который поймет и поможет, получить наследство).

«Слабая» перспектива — отличительная черта многих людей, которые ведут асоциальный образ жизни; тех, кто считает себя неудачниками; тех, кто выгорает на работе, и т.д. Именно поэтому многие программы социально-психологических тренингов основаны на развитии представлений о своем будущем. Далее подростку предлагается написать свои самые главные желания.

Задание. Запишите в столбик свои самые сильные желания, т.е. то, что вы хотели бы обязательно реализовать.

Рекомендации тренеру. По договоренности с подростком вы можете обсуждать не все желания (если он не захочет в чем-то открываться). Постепенно отношения с ребенком станут более доверительными, но в общении с вами он обязательно должен получить опыт права на личное, на то, что скрыто от других. Подросток, который работает с вами, может завести личную папку для хранения своих записей и материалов тренинга, а вы можете предложить ему удобную систему хранения этой информации.

Зафиксируйте в записях число желаний, то, в каком порядке подросток их записал (что в первую очередь, а что в конце списка). Отметьте, возвращался ли сам подросток к списку, хотел ли его чем-то дополнить. Особое внимание уделите тем желаниям, которые подросток решил вычерк-

нуть из списка, попросите его объяснить, почему он решил отказаться от какого-то из «хотений».

### *О чем я забыл*

После этого просмотрите список, приведенный ниже, и выберите те желания, которые бы хотели внести в список, но не более трех (можно изменять формулировку по своему усмотрению):

- поддерживать свое здоровье и физическую привлекательность;
- модно одеваться;
- быть в курсе модных новинок музыки, кино, игр и т.д.;
- воспитать хороших детей;
- помочь родителям решить ту или иную проблему;
- выстроить хорошие отношения в собственной семье;
- стать суперпрофессионалом;
- работать за рубежом;
- создать свой бизнес;
- выучить иностранный язык;
- найти единомышленников в важном деле;
- стать самостоятельным в материальном смысле;
- изучать что-то для души;
- освоить не одну профессию;
- придумать что-то новое;
- быть независимым, принимать решения и самому нести ответственность за них;
- понять какое-либо пока не понятое явление, феномен.

Рекомендации тренеру. Запишите, какие желания подросток выбрал из предложенного списка, или, глядя на ваш список, вспомнил сам.

### УПРАЖНЕНИЕ 2. ПРОРАБОТКА ПЕРСПЕКТИВЫ ЖИЗНИ

Рекомендации тренеру. После того как желания написаны, начинается основная часть тренинга — работа с рефлексией подростка. Здесь ему

предлагается определить, есть ли у него *ядро перспективы*— те два-три желания, которые настраивают человека на достижение и преодоление самых сложных барьеров. Именно эти желания подчиняют себе другое намерения и «хотения». В качестве ядра перспективы могут выступать самые разные желания. Еще А. Адлер предложил для выявления самых значимых желаний следующее упражнение.

1 шаг. Написать свои намерения на ближайшие 3—4 года.  
Уточнить их:

—*конкретность* (сравните «получить образование» и «освоить специальность ремонт автодвигателей»);

—*экологичность* (относительно других людей) — всегда ли наши побуждения не нарушают границ свободы других людей;

—*определенность во времени* — можно ли четко определить тот промежуток времени, которое понадобится для реализации этого желания.

1 шаг. Написать свои намерения на ближайший год.

3 шаг. Представьте, что жить осталось вам полгода, но в этот период вы сохраните свою обычную работоспособность. Что бы вы хотели сделать в оставшееся время?

После этого человек просматривал свои желания на предмет совпадений (в приведенных трех шагах). Важными становились желания последней группы, которые не присутствовали в первых двух шагах. Именно они оказывались самыми главными, но скрытыми от человека повседневностью. Если вы почувствуете, что подросток готов к такой работе, можно предложить ему выполнить и такое упражнение. Запишите, как подросток вел себя в ходе выполнения этого задания, как он воспринял последний шаг задания.

Есть ли у меня самые главные желания, которые помогают добиваться цели? Насколько полноценной жизнью я хочу жить?

Чтобы ответить на эти вопросы, посчитайте сколько желаний вы внесли в список самых сильных. Если в вашем списке более 12 желаний, то, скорее всего вам бывает трудно выбрать, что же из ваших «хотений» — самое значимое. Если в вашем списке не более пяти желаний, то, наоборот, вы довольно жестко ориентированы на некие социальные стандарты. В этом случае существует риск, что вы упускаете какие-то значимые аспекты жизни, например, свой личностный рост, или в ущерб личной жизни ориентируетесь на свои профессиональные достижения, или за стремлением к благополучию и разным материальным благам упускаете из виду нематериальные радости жизни. Оптимальное число желаний — 6—10, причем важно, чтобы они охватывали разные сферы жизни. Если ваших желаний очень много, попробуйте определить, от каких бы вы отказались в пользу других. Если в вашем списке больше 12 желаний, сократите этот список до восьми. Если в вашем списке, наоборот, мало желаний, то просмотрите список и подумайте, что бы вы оттуда добавили в свои желания.

Рекомендации тренеру. Определите, каков характер перспективы подростка — «туннельный», т.е. сосредоточенный на 2—3 желаниях, или «хаотичный» — содержит слишком много желаний. Опишите, как подросток дорабатывал свои планы: какие желания убирал, а какие добавлял, как изменился список в конце работы.

#### УПРАЖНЕНИЕ 5. ЧЕГО Я ХОЧУ

Рекомендации тренеру. Следующий этап работы — *анализ содержания желаний*. Чаще всего ребята сосредоточиваются на общении, материальном благополучии и досуге. Можно обсудить с подростком к чему приведет сосредоточенность на таких «хотениях».

Особое внимание следует уделять желаниям, которые сформулированы негативно: не попасть в дурную компанию, не драться, не получать плохих отметок, не пить. Проблема состоит в том, что когда мотивы достижения

подменяются мотивами избегания (а именно это происходит, если подросток желает не достигнуть позитивного результата, а избежать негативного), человек сам задает себе *отрицательную перспективу*. Не секрет, что часто и взрослое окружение располагает подростка вести себя именно так.

Негативно сформулированные желания мало что дают ребенку в качестве мотивации, поскольку чаще всего такие желания связаны с запретами и ограничениями. Как же прорабатывать желания, сформулированные как «не...»? В первую очередь попробовать переделать их в положительные — например, если подросток пишет: «Не получать плохих отметок», спросите его, а какие положительные отметки он хотел бы получать, а на какие он может рассчитывать уже сейчас и как сильно ему придется «попотеть», чтобы получать совсем хорошие отметки.

Если подросток прописывает желания «не попасть в тюрьму», «не красть», «не драться», поработайте над тем, что стоит за таким асоциальным поведением: давление среды (все знакомые так делают, и я); социальная несправедливость (бедность, сиротство); склад поведения (сначала сделать что-нибудь, а потом думать; не ограничивать своих эмоций). После определения причины (или комплекса причин) важно обсудить возможные противовесы: например, у многих спортсменов стремление к победе останавливает курение. А что в жизни подростка может остановить его асоциальное поведение? Важно, чтобы эти барьеры во многом зависели от него самого, поэтому, если он говорит о хорошей семье, понимающей девушке, попробуйте разобраться в том, что зависит от него в налаживании семейных отношений и общении с девушкой.

Особенность негативно сформулированных желаний состоит и в том, что они не приводят к активным действиям, а также не показывают, как именно человек не попадает в ту или иную неприятную для него ситуацию. Негативно сформулированные желания могут отражать значимый эмоциональный опыт подростка («чтобы меня не бросали», «не предавали»,

«мама не ругалась», «папа не пил»). Эти желания — предмет особого обсуждения. Такие желания — попытка уйти от необходимости брать ответственность на себя, в то же время они часто отражают источники инфантильности подростка. Попробуйте обсудить с ним проблему границ его ответственности: за что отвечает он (может и должен), а за что он отвечать не может.

#### УПРАЖНЕНИЕ 4. СЛАБОСТЬ ДАЛЬНИХ ЦЕЛЕЙ («СЕЙЧАС ОТОРВАТЬСЯ, А ПОТОМ...»)

На этом этапе работы можно попросить подростка, чья перспектива перегружена сиюминутными радостями, описать идеальную жизнь. Событийный ряд жизни составляется им самим. «Расскажи историю идеальной жизни, такой, которая, на твой взгляд, была бы без изъянов. Эта история должна начинаться с твоего возраста. Ты можешь закончить рассказ в любой момент и на любом событии. Единственное условие — твой рассказ должен охватывать 10—12 лет жизни человека. Ты не ограничен в выборе внешних и внутренних условий жизни». Далее специалист предлагает подростку на отдельных карточках выписать важные события жизни с указанием возраста, когда это событие происходит. После этого карточки раскладываются в хронологическом порядке. Подростку предлагается еще раз подумать, не хотел бы он дополнить этот рассказ какими-то событиями. Если он затрудняется, специалист предлагает набор карточек с возможными событиями жизни.

1. Получить образование.
2. Найти работу.
3. Получить повышение по службе.
4. Поддерживать хорошую физическую форму.
5. Создать семью.
6. Воспитывать своих детей.
7. Увлечаться чем-либо.

8. Помогать своим родителям (родственникам).
9. Пережить сильную любовь.
10. Стать хорошим семьянином.
11. Научиться зарабатывать деньги (честным? законным?) путем.
12. Работать над собой — думать, читать, чувствовать.
13. Путешествовать.

После выстраивания окончательного варианта задайте подростку следующие вопросы.

1. Как бы ты связал события придуманной тобой жизни между собой?
2. Какие ресурсы тебе понадобятся, чтобы достигнуть каждой из целей?
3. Что может помешать достигнуть той или иной цели?
4. Какие из целей кажутся тебе более реальными, а какие менее?
5. Если бы ты мог оставить три самых главных события, то что бы ты оставил в твоей истории?
6. Как бы ты связал эти три самых главных события между собой?
7. Каких событий в идеальной жизни быть не должно? Как бы ты это мог (могла) объяснить?

Не нужно специально обращать внимание подростка на различия его списка желаний и его же описания идеальной жизни. Скорее всего, если перспектива перегружена незначимыми желаниями, то идеальная жизнь описывается исключительно как совокупность позитивных результатов правильной жизни: свой дом, хорошая семья, большой заработок и т.д. Тем не менее, описание идеальной жизни — это еще и ощущение спокойствия и уверенности, которое так важно для подростка.

Важным критерием обоснованности и силы перспективы становится *степень конкретности* желаний (сравните: хорошо учиться — понимать новый материал и уметь им пользоваться на практике; найти работу — поступить на работу в престижную фирму). Важно, чтобы желания под-

ростка были конкретизированы. Попросите его самого оценить, какие желания сформулированы конкретно, а какие — туманно.

*Чего я хочу? Зачем я хочу?*

Попробуйте проанализировать, каких сфер жизни касаются ваши желания:

—образования и овладения знаниями и навыками (успевать выполнить все задания; научиться решать задачи разными способами; писать без ошибок; поступить в университет; водить машину);

—профессионального роста (получить работу, стать начальником, чтобы работа была интересной и хорошо оплачиваемой одновременно);

—самовыражения (написать книгу; выступить в постановке; придумать необычный фасон; собрать новую модель и т.д.);

—коммуникации и признания со стороны других (наладить отношения с родителями; провести каникулы с друзьями; добиться уважения со стороны одного человека; познакомиться с интересным человеком);

—альтруистического отношения к миру (не было бы оружия, войн; не страдали бы дети; хорошо жилось бы животным);

—благополучия и досуга (здоровье, внешняя привлекательность, материальные приобретения, путешествия).

Каких желаний в вашем списке больше? Захотелось ли вам внести в список что-то еще? Если да, скорее всего это желание, которое кажется вам трудно достижимым или в значительной степени зависящим от ваших усилий. Обратите внимание на соотношение высказываний о будущем образовании и профессиональном росте. Чем ближе момент окончания школы, тем больше должно быть желаний, связанных с профессиональной деятельностью. В подростковом возрасте часто доминируют желания, связанные с общением как в ближайшем будущем, так и в отдаленном. Если таких высказываний больше, чем других, подумайте, как вы сумеете связать свои профессиональные планы со взаимодействием, которое столь значимо



для вас. Преобладание желаний, связанных с коммуникацией и благополучием, над профессиональными стремлениями и самореализацией свидетельствует о том, что ваша перспектива — не самый сильный источник мотивации.

#### УПРАЖНЕНИЕ 5. Я И ВРЕМЯ. КТО КОГО?

Рекомендации тренеру. На этом занятии подросток прорабатывает такой важный аспект своей перспективы, как *управление временем*. Умение определить, сколько времени понадобится для реализации желания, как часто придется прилагать усилия, чтобы желание исполнялось, формируется в течение всей жизни. Поэтому столь важно в подростковом возрасте перейти от мечтаний к логическому планированию. Попросите подростка для каждого из желаний определить время, когда оно могло бы быть исполнено. После этого предложите ему разделить желания на те, которые относятся к отдаленному будущему (через три года отданного времени и больше); близкому будущему (2—3 года); ближайшему будущему (1—1,5 года) и настоящему (в течение года). Скорее всего, в желаниях будут преобладать те «хотения», которые связаны с настоящим и ближайшим будущим. Именно эта особенность перспективы подростков с опытом асоциального поведения сводит «на нет» многие воспитательные воздействия — они не видят смысла отказываться от радостей сейчас в пользу усилий для «потом». Один из путей доформирования перспективы — установить, какие из желаний, которые относятся к ближайшему будущему, можно (и нужно) перенести на более отдаленные сроки. Также в списке могут отсутствовать желания, связанные с профессиональным ростом, созданием семьи, т.е. те, которые и относятся к отдаленному будущему. Попробуйте с подростком подумать над тем, кем и каким бы он хотел быть через 5, 10, 15 лет.

#### *Управление своим временем*

Попробуйте определить «коридор» времени, который потребуется вам на реализацию каждого желания, например, «получить взрослый разряд по

шахматам — 1,5—2 года» или «съездить к друзьям на дачу — 1—2 недели». Возможно, вы указали так называемые *постоянные желания*, про которые можно написать «всегда», такие как безопасность в мире, сохранение живой природы, добрые отношения с семьей и т.д.

Попробуйте посчитать, каких желаний у вас больше, связанных с:

—ближайшим будущим — от нескольких дней до двух месяцев (провести выходные за городом; написать контрольную на «пятю»; договориться с родителями о покупке нового велосипеда);

—близким будущим — от двух месяцев до полутора лет;

—отдаленным будущим — от полутора до нескольких лет;

—постоянных желаний.

В идеале желания должны быть распределены между ближайшим, близким и отдаленным будущим примерно поровну. Если почти все желания сосредоточены в ближайшем и близком будущем, то, скорее всего, вы склонны плыть по течению, следовать общепринятым нормам жизни, а успех связываете с удачей, а не с упорным трудом. Это не значит, что сложившуюся ситуацию нельзя изменить. Подумайте, в чем источник вашей сосредоточенности на настоящем, что мешает вам планировать свою жизнь «наперед». Часто сосредоточенность планов в области близкого и отдаленного будущего означает, что ваша теперешняя жизнь не очень вам нравится, и вы надеетесь, что будущее будет сильно отличаться от того, что происходит в вашей жизни сейчас. Подумайте над тем, как можно «насытить» вашу теперешнюю жизнь позитивными переживаниями, что нужно изменить в режиме дня или досуге, чтобы жизнь сейчас имела такой же смысл и значение, как и будущее.

В подростковом возрасте важно, чтобы желаний, связанных с близким и отдаленным будущим, было не меньше, чем постоянных и ближайших. Просмотрите, какие желания вы относите в отдаленное будущее: связанные с профессиональным ростом, личной жизнью, образованием. О каких сторонах

своей жизни в будущем вы не подумали — о профессии, семье, самореализации. Что бы вы хотели внести в свои планы еще?

#### УПРАЖНЕНИЕ 6. МОЖНО ЛИ ОБЪЯТЬ НЕОБЪЯТНОЕ («ХОЧУ УСПЕТЬ ВСЕ»)

Рекомендации тренеру. Большинство подростков не подозревают о том, что любые намерения имеют определенную цену и связаны с отказом от чего-либо. Их планы на будущее часто бывают перегружены. Современная массовая культура (кино, сюжетные компьютерные игры, журналы) только усиливают стремление подростка успеть все. Многие ребята не замечают, что часто стремятся к взаимоисключающим вещам. Предложите им проработать эту тему. Стремление ко всему сразу приводит к тому, что у подростка нет четких приоритетов, т.е. таких целей, которые бы действительно мотивировали его к достижениям. Приоритеты могут меняться, но важно, чтобы самые главные желания были постоянны, хотя их содержание также может изменяться.

Предложите подростку провести среди желаний своеобразный «хит-парад»: вначале по критерию «самое важное», а затем по критерию «самое реальное». Эти два ряда могут не совпадать, на эти несовпадения и следует обратить внимание. Предложите ребенку обдумать, как можно самые главные, но пока не самые реальные желания сделать более достижимыми. Запишите порядок желаний, который он выстроил. Проанализируйте, какие желания становятся для подростка самыми заветными, но и вполне реальными. Именно они могут стать сильными мотивами поведения подростка.

*Мои желания: мешают или помогают друг другу?*

Возможно, в рамках своего будущего вам следует подумать над тем, как связать между собой разные желания. Любое достижение имеет свою цену: достигая одного и тратя на это свои силы и время, вы утрачиваете

возможность добиться чего-то другого. Самые распространенные противоречия:

— профессиональная и личная жизнь (семья и реализация своих непрофессиональных интересов);

стремление к определенному образованию и профессия, которая не требует такого образования;

— самореализация (например, творческих способностей) и стремление к профессии, которая ограничит такую самореализацию;

— стремление к интенсивному внепрофессиональному общению и желание достигнуть материального благополучия.

Чем противоречивее ваши желания относительно друг друга, тем меньшей мотивирующей силой обладает ваша перспектива — стремление к одному будет всегда ослабляться стремлением к другому.

Образ будущего не должен на 100% совпадать с тем, как сложится ваша жизнь через несколько лет. Но существование этого образа определенно влияет на вашу активность: захотев добиться чего-то на самом деле и включив это желание в свою перспективу, вы словно задаете себе программу развития, на реализацию которой будут направлены ваши силы. Возможно, вы уже имеете такой опыт, когда ваше «хотение» само вело вас к цели, и вы преодолевали сложные препятствия, потому что ваша цель давала вам много сил.

#### УПРАЖНЕНИЕ 7. ХОЧУ — И СТАНУ, ХОЧУ — И БУДУ

Рекомендации тренеру. Анализ того, какие желания подростка *ситуативны* (хочу на один раз), а какие *постоянны* (хочу всегда), позволяет определить, что изменилось в перспективе подростка в ходе тренинга. На этой стадии он может захотеть переделать свои планы: внести какие-то коррективы в содержание планов, пути их воплощения. Постоянство желаний, или **Что я хочу каждый день**

Разделите выписанные вами желания на *разовые* — те, которые достигаются один раз (например, разряд по шахматам), и *постоянные* — те, которые нельзя удовлетворить один раз (например, общение с друзьями). Посчитайте, каких желаний у вас оказалось больше, разовых или постоянных. Также подумайте, все ли разовые желания действительно достаточно реализовать один раз. Например, «стать профессионалом» — желание, которое может быть реализовано в современных условиях не один раз, как и стремление получить хорошее образование. В вашей перспективе разовых и постоянных желаний должно быть поровну. Это соотношение показывает, есть ли у вас баланс между умением жить «здесь и теперь» и «сильной» перспективой своего будущего. Найти такое равновесие — одна из самых трудных задач внутреннего развития человека. Не только каждый человек решает по-разному эту проблему, но и на разных этапах жизни, в разных ситуациях роль образа будущего может быть разной. Важно помнить, что любой период жизни, даже раннее детство, не только подготовка к важному будущему, но и сам по себе значимый этап жизни.

#### УПРАЖНЕНИЕ 8. «У МЕНЯ ЕСТЬ ТРИ ЖЕЛАНЬЯ - НЕТУ РЫБКИ ЗОЛОТОЙ...»

Рекомендации тренеру. Заключительный шаг тренинга требует от подростка оценить свой вклад в реализацию каждого из желаний. Это задание может быть выполнено при условии, что он уже обдумал свои приоритеты и готовность к достижению целей. Важно предложить подростку после первой оценки обдумать еще раз свой вклад в реализацию каждого из желаний, а если этот вклад остается незначительным, то, не боясь, обдумать и такую проблему, как управление собственной жизнью (потому что *жизнь, полная трудно исполнимых намерений, не будет успешной*).

На этом этапе подросток лучше всего расположен к планированию своей работы с вами, в том числе и развивающих занятий, если вы считаете

это желательным. Кроме того, вместе с подростком вы можете наметить его план саморазвития, подобрать наиболее значимые темы для работы над собой.

Если ребенку трудно связать свои цели и способности, ему можно предложить выполнить следующее задание: нарисовать свое прошлое, настоящее и будущее. После этого вместе с ним вы можете сравнить, что он хотел изобразить, на чем сосредоточился, есть ли связь между разными временами. Возможно, в композиции рисунков, их графическом и цветовом решении подросток противопоставляет разные периоды своей жизни. Спросите его, что есть общего в его отношении к прошлому и будущему, а в чем это отношение различается? Что из прошлого он хотел бы реализовать в будущем, что из настоящего должно перейти в будущее?

Попробуйте с подростком составить таблицу из двух столбцов. В левом будут его желания, в правом — внутренние ресурсы. Пусть подросток соединит каждое желание с теми ресурсами, которые помогут ему в достижении цели. Затем пусть он посчитает, какая его способность чаще всего «работает» на достижение цели. Спросите у него, какими другими способностями можно ее заменить или дополнить? На этом этапе работы вы можете обсуждать вариативные пути достижения цели.

*Я и мои желания: что же от меня зависит?*

Относительно каждого желания укажите в процентах, насколько ваше желание зависит от вас самих. Посчитайте, сколько желаний в вашем списке зависит от вас более чем на 60%. Важно, чтобы число таких желаний превышало половину. Это значит, что вы занимаете активную позицию в реализации своей перспективы — в ситуации неуспеха, затруднений вам будет гораздо легче, чем тем, кто полагается на внешние ресурсы. Если вы оцениваете свое участие в реализации большинства желаний меньше чем на 60%, то или вы пока не видите, как добиваться желаемого, или ваши желания по преимуществу сосредоточены действительно на том, что зависит не от

вас. По сути, если в вашем списке таких желаний большинство, ваша перспектива выстроена на ожидании помощи от других и везении, а это не самая надежная основа. Постарайтесь ответить на такие вопросы.

1. Что нужно изменить в вашей теперешней жизни, чтобы вы смогли более активно участвовать в реализации ваших планов?

2. От каких ваших ресурсов и способностей зависит реализация каждого желания (логическое мышление, эрудиция, воображение, умение сосредоточиваться, способность находить общий язык, внимание к другим, чувство собственного достоинства, умение договариваться и т.д.)?

3. Посмотрите, какие внутренние ресурсы требуются для реализации желаний чаще других. Выделите 2—3 способности, которые оказались, на ваш взгляд, самыми значимыми для реализации ваших желаний. Оцените по шкале от 0 до 4, как эти способности представлены уже сейчас, до какого уровня вы могли бы их развить, на каком уровне вы хотели бы иметь эти способности?

4. Подумайте, над развитием какой способности вы можете начать работу уже сейчас.

После ответа на вопросы просмотрите еще раз список ваших желаний и еще раз оцените ваш вклад в их реализацию. Что изменилось в ваших оценках?

#### ЗАВЕРШЕНИЕ ТРЕНИНГА

Заключение тренинга важно провести на позитивной, эмоциональной ноте: просмотрите еще раз ваши записи, продумайте, как вы охарактеризуете подростку ваш опыт взаимодействия с ним в этой программе. Для подростка в финале важно понять, что любой опыт, даже негативный, встроен в его жизнь, но не фатально, а как время, когда он разбирался со своими слабостями и проблемами. Предложите подростку определить свои самые важные желания и сравнить их с первоначальным вариантом. Что изменилось в его планах? Что уже сейчас он делает для их реализации?

### *Мои планы — мой ресурс*

Проделанная работа в первую очередь направлена на то, чтобы привлечь ваше внимание к проблеме планирования своей жизни, как можно теснее связать настоящее с будущим. Большинство успешных людей говорят о том, что они имеют свою «путеводную звезду», т.е. устремления, которые ведут их по жизни. Но эти устремления формируются самим человеком и зависят от умения строить свою перспективу, быть честным с самим собой и не бояться желать того, что пока недоступно. В подростковом и юношеском возрасте вы приобретаете первый опыт решения этой задачи. Ответственность и самостоятельность превращают видение будущего в перспективы — реальные ресурсы и способности человека.

### **4.3. Психологическая реабилитация детей, пострадавших от сексуального насилия**

В обзоре литературы по этой проблеме выделено семь групп последствий сексуального насилия:

1. Аффективные нарушения: вина, стыд, тревога, страх, подавленность, злоба.
2. Физические нарушения: генитальные повреждения, беременность, ЗППП (заболевания, передающиеся половым путем), соматические жалобы (например, головная боль, боли в животе, энурез, ипохондрия), расстройства сна и аппетита.
3. Когнитивные нарушения: расстройства внимания, нарушения концентрации памяти, внимания, восприятия.
4. Поведенческие симптомы: выход наружу (агрессивное и жестокое поведение, воровство, делинквентность, аддитивное поведение), избегание, повторение ситуаций, вызвавших сексуальные посягательства.



5. Самодеструктивное поведение: самокалечение, суицидные мысли и попытки.

6. Психопатология: неврозы, расстройства характера, множественность личности, психотические черты.

7. Сексуализация поведения: учащение мастурбации, повторение сексуальных действий с другими, нетипичные для данного возраста сексуальные знания.

Наиболее частыми общими последствиями сексуальных посягательств являются низкая самооценка и нарушения общения. При этом ведущими становятся трудности в общении с противоположным полом (страх сексуальных отношений и/или неспособность к длительным отношениям, в том числе промискуитет, нарушение полоролевой идентификации).

#### *Диагностика*

Выявление события насилия и диагностика эмоционального состояния ребенка проводятся в беседе с привлечением проективных диагностических техник.

Беседуя с ребенком, важно учитывать следующее:

Прежде всего важно оценить собственное отношение к данной проблеме, к насилию и к сексуальному насилию, в частности. Взрослый, у которого есть собственные проблемы, связанные с сексуальной жизнью, может столкнуться со значительными трудностями в беседе с ребенком, он с трудом вызовет его доверие и в итоге вряд ли сможет ему помочь. Следовательно, необходимо оценить, имеют ли место какие-либо аспекты феномена переноса.

Необходимо обратить внимание на речь ребенка. Часто язык, которым жертва насилия описывает произошедшее, шокирует взрослых, выходит за рамки приличий. Если специалист хочет достигнуть поставленной цели, он должен принять язык ребенка и в разговоре с ним использовать те же слова

и названия, которые использует сам ребенок. НЕЛЬЗЯ давать две противоречивые инструкции одновременно:

- говори обо всем, что случилось;
- не говори неприличных слов.

Необходимо собрать информацию о ребенке, его семье, интересах, ситуации насилия. Однако во время беседы с ребенком следует использовать только те сведения, которые сообщает сам ребенок, ни в коем случае не оказывая на него давление намеками на то, что специалист «все знает и так».

Утверждения, вопросы, вербальные и невербальные реакции взрослого должны быть лишены всякого оценочного отношения.

Специалист, который намеревается проводить беседу с жертвой сексуального насилия, должен быть готов затратить на это столько времени, сколько потребуется, иногда это может происходить в течение нескольких часов.

Ребенок, как правило, ничего не сообщит о насилии, если беседа с ним будет проходить там, где насилие было совершено. Место, где проводится беседа, должно быть удобным для длительной работы, приятным и комфортным для ребенка.

Речь взрослого, тон его голоса не должен быть интимным, а скорее легким и деловым. Также не следует навязывать ребенку усиленный и непрерывный контакт глазами — это может его напугать. Кроме того, важно чутко откликаться на приемлемую для ребенка дистанцию между взрослым и ребенком.

Необходимо избегать прикосновений и таких форм телесного контакта, как поглаживание руки, трепание по волосам, прижимание к себе, которые дают хороший эффект при установлении контакта в обследованиях и беседах по другим поводам. В данном случае это может напугать ребенка.

Во время рассказа ребенка нельзя перебивать, корректировать его высказывания, задавать вопросы, которые предполагают вполне определенные ответы.

Нельзя давать обещаний и говорить ребенку «Все будет хорошо», поскольку воспоминания о насилии и, возможно, судебное разбирательство, вряд ли будут приятны ребенку.

В отдельных случаях необходимо заранее определить, кто будет беседовать с ребенком: мужчина или женщина, это зависит оттого, кто был насильником. Если специалист чем-то напоминает насильника, это может значительно осложнить беседу.

Цель беседы заключается в том, чтобы ребенок как можно больше сообщил о факте сексуального насилия, стараясь при этом как можно меньше его травмировать. Трудность состоит в том, что дети не хотят об этом говорить. Но если, желая получить как можно больше информации, специалист будет оказывать на него давление, беседа может травмировать ребенка. Поэтому очень важно установление успешного контакта с ребенком.

Прежде чем расспрашивать ребенка о произошедшем насилии, необходимо установить с ним контакт.

Создать доверительное отношение. Ребенок будет более откровенным, сообщит больше подробностей, если будет доверять своему собеседнику.

Разговор будет менее болезненным для ребенка, если между ним и взрослым достигнуто доверие. Ребенку будет легче рассказывать, если он будет воспринимать специалиста как доброго, заботящегося о нем и внимательного собеседника.

Беседа должна преследовать две цели: добиться доверия со стороны ребенка и получить как можно больше нужной информации. Специалист должен ориентироваться на каждый конкретный случай, на возраст и на особенности интеллектуального развития ребенка.

Существуют различные пути, чтобы начать беседу: маленьким детям можно предложить игру и вместе поиграть; через некоторое время можно задать общие вопросы о семье, друзьях и т. д. Если ребенок чувствует себя хорошо, ему стараются объяснить цель обследования; можно в начале дать небольшое пояснение о целях обследования, а потом общие темы или игры; более старшим детям целесообразно объяснить цели обследования, чтобы уменьшить напряжение, сказать, почему проводится это обследование. Затем поговорить на нейтральные темы: школа, хобби, свободное время, семья.

Трудность при обследовании заключается в том, что ребенку тяжело выразить словами все то, что с ним произошло. Он точнее и легче выразит это своим поведением, действиями. Менее травматично выразить все в игре.

Возможны следующие варианты:

игра с куклами: для детей от 2 до 7 лет;

рисование: для детей от 5 лет;

рассказывание историй: для детей школьного возраста, имеющих языковые способности и достаточный словарный запас.

(Описание процедуры использования данных приемов приводится ниже.)

В ходе беседы обращается внимание на то, как часто отмечаются сексуальные проявления в высказываниях и поведении ребенка.

#### *Игра с куклами*

Дети, которые не испытали сексуального насилия, воспроизводят в игре свою повседневную жизнь. Дети, пережившие сексуальное насилие, часто ведут себя следующим образом: они раздевают кукол, разглядывают их между ног, делают сексуальные замечания, кладут их вместе в кровать, проигрывают сексуальные роли. Обе группы детей играют так, как это происходило и происходит с ними на самом деле.

#### *Рисование*

Рисунки детей служат потенциальными индикаторами сексуального насилия, что может помочь специалисту определить, имело ли место насилие. Как уже было сказано, большинство детей отказываются признавать факт насилия в силу испытываемых ими негативных эмоций и внутренних когнитивных конфликтов. Sorensen и Snow (1991) [цит. по: 40] указывают, что дети в возрасте от 3 до 5 лет чаще всего непроизвольно раскрывают факт сексуального насилия; подростки в возрасте от 13 до 17 лет делают это целенаправленно. Дети от 6 до 12 лет не имеют ни малейшей склонности говорить о насилии ни непроизвольно, ни намеренно, и это представляет наибольшую трудность в работе специалистов с ними.

Прежде чем определять потенциальные индикаторы сексуального насилия по рисункам, специалисты должны хорошо изучить рисунки детей «в норме», поэтому часто бывает удобно предлагать рисование большой группе детей, например всему классу, чтобы на фоне «нормы» выделить отклонения.

Специалист может предложить ребенку различные варианты рисунков: нарисовать картинку (без темы); нарисовать картинку о своей семье; нарисовать картинку о себе самом.

Дети, испытавшие сексуальное насилие: рисуют картинки, на которых отчетливо виден повседневный интерес к сексуальным темам и повышенное восприятие сексуальности (грудь у себя самой, пенис у животных); рисуют людей во время сексуальных действий; часто особое внимание уделяют нижней части тела (например, очень подробно рисуют молнию на брюках). Дальнейшие комментарии, касающиеся содержания рисунка, позволяют убедиться в том, что рисунок имеет сексуальную направленность;

- на рисунке отображают чувства, которые являются реакцией на то, что они испытывали (гнев, страх, беспомощность);
- в рисунках иногда дети специально уклоняются от сексуального

содержания, например, 10-летняя девочка рисует мать штрихами;

- эмоциональное состояние ребенка передается посредством нарисованной им мимики. Слезы и нахмуренные брови говорят о печали или депрессии. Если изображенная улыбка неадекватна всей нарисованной сцене, то, скорее всего, она показывает, что ребенок скрывает истинные чувства или понимание ситуации. Нарисованный большой рот в виде круга говорит об имевшем место оральном сексе;

- чересчур выделенные и в избытке нарисованные волосы на рисунке или полное их отсутствие также говорят о наличии сексуальной тревожности, растерянности или неадекватности;

- отсутствие рук на рисунке свидетельствует о потере контроля над событиями или о наличии чувства вины, связанного с какими-либо действиями с руками. Преувеличенные руки могут говорить о тревоге или вине в отношении мастурбации, сексуальной агрессии или другого вида сексуального поведения. В целом изображение рук (или их отсутствие) отражает то, как дети воспринимают свое взаимодействие с окружающими;

- отсутствие на рисунке нижней части тела говорит об отрицании как механизме защиты ребенка в ситуации насилия;

- наиболее закрашенные части тела, в частности гениталии или рот, отражают высокую степень тревожности жертвы насилия;

- выделенные на рисунке фаллические символы (дымовые трубы, деревья, телефонные трубки) или, наоборот, их отсутствие там, где им следовало бы быть, является индикатором тревожности, связанной с мужской сексуальностью или отношениями с мужчинами.

После того как ребенок закончил рисунок, нужно спросить, что на нем изображено. Побудить к тому, чтобы ребенок назвал отдельные части тела. Необходимо обратить внимание на то, что бросается на рисунке в глаза (например, почему так широко расставлены ноги).

В проективной методике «Рисунок человека» существует ряд косвенных признаков, позволяющих предположить, что над ребенком совершено сексуальное насилие

- Обнаженный человек;
- Путаница в изображении пола или рисунок ребенка другого пола;
- Преувеличение отдельных частей тела, например рта, в ситуации, где имел место оральный секс;
- Пропущенные части тела;
- Трудности в изображении фигуры человека (ребенок может нарисовать животное вместо человека).

#### *Рассказывание историй*

Рассказывание историй может быть: по стандартным тестам (картинкам); по специально разработанным тестам.

Специалист просит ребенка рассказать истории по этим картинкам. Необходимо обратить внимание на следующее:

- сексуальный комментарий к изображенным лицам, подчинение сексуальным мыслям, исходит ли ребенок из того, что изображенные лица принимают участие в сексуальных действиях;
- выражение сексуальных мыслей и чувств у ребенка.

Если отчетливо выражены сексуальные проявления (высказывания, невербальный интерес и т. д.), специалист должен сразу же фиксировать их для себя. Только если сексуальные темы у ребенка проявляются часто, можно говорить о сексуальном насилии. Однако необходимо перепроверить это с помощью как можно большего количества методов, помня о возможных ошибках. Проигрывается, проговаривается, обсуждается то, что ребенка волнует в данный момент.

Если специалист рассказывает о цели обследования, тем самым он вызывает у ребенка воспоминания о пережитом, однако это происходит не всегда. Всплывут ли сексуальные воспоминания, зависит от того:

- как часто ребенок подвергался насилию;
- сколько времени прошло с последнего случая;
- в какой степени ребенок травмирован.

То, что ребенок во время игры или рассказывания историй уделяет большое внимание сексуальной стороне и странно себя ведет, указывает на то, что он испытал сексуальные переживания. Тем не менее иногда и этого бывает недостаточно, чтобы утверждать наличие сексуального насилия.

Для более объективной диагностики используются анатомически правильные куклы. Набор кукол включает мальчиков и девочек, мужчин и женщин, бабушек и дедушек, у которых имеются гениталии, ротовые и анальные отверстия, вторичные половые признаки. Такие куклы очень натуралистичны, и материал, полученный с помощью анатомически правильных кукол, является очень информативным как с точки зрения оценки ситуации, так и состояния ребенка.

Реакции детей, испытавших и не испытавших сексуального насилия, совершенно разные. Дети, не перенесшие сексуальное насилие, проявляют любопытство, незнание, задают вопросы (иногда глупые), дотрагиваются до половых органов, рассматривают их, нажимают на них и т. д. Они спрашивают, почему у кукол есть то-то и то-то. Через некоторое время интерес угасает.

Дети, испытавшие сексуальное насилие:

- проявляют страх, волнение, не хотят подходить к куклам, боятся дотронуться до них; реагируют агрессивно: «Куклы нехорошие, злые»;
- ведут себя так, как будто этого они еще никогда не видели, как будто не знают, как называются интимные части тела, как будто они не замечают



различия между куклами мужского и женского пола (особенно у «взрослых» кукол мужского пола);

- маленькие дети с эмоциональными нарушениями используют куклы, чтобы открыто проиграть сексуальные действия.

#### *Постановка прямых конкретных вопросов о сексуальном насилии*

Постановка прямых вопросов необходима, чтобы дополнить игровую диагностику. С более старшими детьми и подростками прямой опрос — главный метод диагностики. Здесь вербальные высказывания имеют решающее значение. Очень важно выбрать такой путь, при котором специалист получает как можно больше информации, а ребенок как можно меньше травмируется. Дети часто не решаются сразу отвечать на вопросы, касающиеся сексуального насилия, поэтому необходимо задавать вопросы очень осторожно.

Беседу можно начать с общих вопросов, при этом коснувшись темы сексуального насилия: «Как складываются твои отношения с отцом?», «Твой учитель мне сказал, что ты в школе говорила о своей тайне. Как ты считаешь, ты можешь мне ее рассказать?». «У тебя выделения из влагалища. Ты знаешь, откуда это?»

Если ребенок не отказывается отвечать и сексуальное насилие было совершено не один раз, необходимо попросить ребенка рассказать о последнем сексуальном насилии. Ребенок может описать ситуативный контекст насилия: где произошло сексуальное насилие; приблизительно когда, маленькие дети, в зависимости от возраста, могут сказать, в какое время дня, года и т. п.; во что ребенок и насильник были одеты; где в это время были остальные члены семьи; что делал и говорил насильник ребенку, чтобы тот принимал участие в сексуальном акте и никому о нем не рассказывал.

Ребенок может со всеми деталями, очень подробно описать акт насилия, согласно своему возрасту. Следует обратить внимание на то, есть ли у

ребенка такие сексуальные познания, которые не характерны его возрасту. Особенно правдоподобно звучит рассказ, когда ребенок описывает сексуальные действия, не понимая их.

Кроме того, необходимо обращать внимание на эмоциональные реакции ребенка, которые также имеют диагностическое значение: страх характерен для маленьких детей и детей, которые пострадали физически; недовольство, напряжение, слезы, горе типичны для детей более старшего возраста; иногда ребенок проявляет сексуальное любопытство и волнение.

Дети неохотно рассказывают о сексуальном насилии, многие отказываются об этом говорить вовсе. Можно позволить ребенку отвлечься, уклониться от вопроса, а затем осторожно вернуться к теме. Если ребенок во время беседы захочет поиграть, надо предоставить ему эту возможность. Если ребенок не хочет говорить о насилии, следует:

- заверить ребенка, что он будет защищен от дальнейшего насилия, а также от гнева насильника или других членов семьи;
- объяснить, что он будет защищен в том случае, если расскажет, что произошло;
- сказать о том риске, который существует по отношению к младшим сестрам (братьям), если ничего не будет сделано;
- пробудить в ребенке надежду, что сексуальное насилие прекратится или что насильник получит наказание, если ребенок все расскажет.

Однако даже при установлении хорошего, доверительного контакта ребенка со взрослым, проводящим беседу, ребенок может не решиться раскрыть факт насилия и подробностей происходящего. Оказывать какое-либо давление на ребенка нельзя. Часто ребенок готов это сделать через день, несколько дней или недель. В случае повторного обращения к специалисту необходимо его принять немедленно. Ребенок должен знать, что двери для него всегда открыты.

В конце беседы ребенка необходимо похвалить за то, что он рассказал о насилии, сказать, что он правильно поступил.

### *Коррекция последствий насилия*

Психологическая работа по преодолению последствий насилия может происходить в форме консультирования (в том числе по телефону доверия) и психотерапии, в зависимости от тяжести последствий.

### *Психологическое консультирование*

Консультирование ребенка, подвергшегося сексуальному насилию, может быть краткосрочным или долгосрочным, переходящим в психотерапию, и нередко предполагает вовлечение в консультативный процесс семьи пострадавшего.

Непосредственно после происшедшего в картине переживаний на первом плане часто отмечаются растерянность, отчаяние, страх, паника.

Острое состояние требует частых встреч, впоследствии промежутки времени между сеансами увеличиваются. Однако при работе с подростками, перенесшими насилие, следует учитывать, что при некотором облегчении и смягчении переживания пострадавшие склонны отказываться от дальнейшей помощи (так как им неприятны воспоминания о происшедшем, они стремятся избегать всего, что напоминает о нем). Поэтому, как правило, стоит сразу предпринять усилия для предотвращения этого, в том числе оговорить первый этап работы (например, пять встреч с психологом). Впоследствии можно обсуждать вопрос о необходимости продолжения терапии.

В целом в работе с острыми реакциями большое значение имеет позиция специалиста. Для пострадавших очень важны поддержка, отсутствие недоверия и оценок. Уверенность, что это состояние пройдет, что ситуацию можно пережить, и сами временные ограничения (указание конкретного количества встреч со специалистом) формируют у жертвы насилия уверенность в конечности страданий, веру в излечение, в то, что

происшедшее не крах жизни, – все это способствует преодолению острых реакций.

*Вина и ответственность.* Особое место в переживании последствий сексуальных посягательств занимают самообвинения, чувство вины. При столкновении с этим удивляет тот разрыв, который выявляется между тем, в чем себя обвиняет пострадавший, и силой переживания вины (например, говорит о том, что не надо было идти по этой дороге, а переживает так, как будто сделала что-то ужасное, постыдное, что-то, что нельзя простить). Эту особенность чувства вины отмечают все исследователи и практики, оказывающие помощь пострадавшим от сексуального насилия.

Чувство вины формируется и поддерживается в том числе следующими факторами:

- Влияние социальных стереотипов и мифов, один из которых состоит в том, что жертва сама провоцирует насилие в свой адрес: «шла ночью», «накрасилась», «вызывающе одета», «выпила» и т.п. . Вероятно, миф о том, что насилие совершается в ответ на провокацию, носит защитный характер — тому, кто так думает, кажется, что «если не провоцировать, это не может произойти ни со мной, ни с моей семьей».

- Недовольство своим поведением во время насилия (не оказала достаточного сопротивления, даже в тех случаях, когда сопротивление было максимально возможным).

- Часто встречающееся у детей и подростков любопытство, интерес к сексуальной сфере, исследование собственного тела.

- Личные отношения с насильником (большая часть сексуальных посягательств совершается знакомыми).

- Взрослый — авторитет для ребенка или подростка, он «всегда прав», и если при этом «произошло что-то постыдное», то виноватым в сознании ребенка оказывается он сам.

- Положительные физиологические ощущения, которые могут возникать во время сексуальных посягательств.

- Драматические реакции родителей («непоправимое горе», «случилось что-то стыдное, об этом никому нельзя рассказать»).

Переживания вины, как правило, усиливаются, если ребенок никому не может рассказать о случившемся.

Чрезвычайно важно, оказывают ли родственники и близкие поддержку жертве посягательств (особенно в момент раскрытия сексуального насилия). Преодоление неадекватного чувства вины является одним из самых важных компонентов работы с жертвами сексуального насилия. Это чувство зачастую носит иррациональный глобальный характер, провоцирует различные искажения в представлениях о себе и своих поступках, им придается особый негативный смысл. Оно приводит к «нарушению масштабов», порождает разнообразные обращенные к себе упреки, которые могут изменять свое содержание по мере проговаривания. Очевидно, что работа с чувством вины включает понимание того, в чем винит себя пострадавший. Обычно детализация и совместное с психологом обсуждение того, в чем обвиняет себя пострадавший, проходят по спирали, начиная с поверхностных обвинений по поводу одежды и времени инцидента и заканчивая общим переживанием несостоятельности («со мной только так и можно обращаться»).

Наряду с преодолением таких искажений чувство вины снижается при правильной атрибуции ответственности за насилие. Когда удается сформировать правильное представление об ответственности за случившееся (например, развести ответственность за неосторожное поведение и за сексуальное нападение), напряженность и драматизм переживания вины значительно смягчаются.

Таким образом, схематично можно выделить три компонента работы с последствиями сексуального насилия в психотерапевтической практике:

1. Работа по относительной девальвации этого события («беда, но не Катастрофа»)

2. Формирование адекватной атрибуции ответственности за насилие. При этом работа должна проводиться не только в рациональном ключе, но и в эмоциональном, включающем отреагирование страха, отвращения, ненависти и других переживаний.

3. Психологическая работа, не привязанная непосредственно к переживаемому событию, связанная с отношением пациента к себе, другим людям, сексуальным отношениям, браку, любви, собственному будущему и т.п.

Дети, пережившие сексуальное насилие, нуждаются в усиленном внимании, понимании и поддержке со стороны психолога. Наличие сильного чувства вины не позволяет детям обсуждать свою проблему с психологом: они считают, что каким-то образом спровоцировали атаку или должны были бы сделать что-нибудь, чтобы ее предотвратить. Стыд за себя не дает им раскрыться — дети больше боятся последующих вопросов и реакций, нежели непосредственно самого инцидента. Поэтому при интервьюировании детей следует избегать закрытых или направляющих вопросов, которые могли бы повлиять на ответы.

Следует с большой осторожностью использовать групповое психологическое консультирование для детей, переживших сексуальное насилие, поскольку их раны могут быть слишком свежими, чтобы высказывать свои чувства на группе.

Детям необходимо научиться определять, какое поведение взрослых (имеются в виду поведенческие формы насилия) является неподобающим и как реагировать в соответствующих ситуациях.

Детей необходимо научить немедленно обращаться за помощью в случае возможного или уже случившегося насилия, несмотря на то, что взрослые-насилыники убеждают их все держать в секрете. Детям необходимо помочь разобраться, какая информация должна быть конфиденциальной, а

что следует сообщить окружающим; с кем им стоит поделиться своими проблемами и что делать в случае, если взрослый им не поверит.

#### **4.4. Психологическая реабилитация детей, пострадавших от пренебрежения нуждами ребенка**

Следствием пренебрежения нуждами ребенка становятся социально-педагогическая запущенность, отставание в физическом и психическом развитии, которые компенсируются при наличии достаточной заботы, неразвитость социальных и коммуникативных навыков, низкая самооценка, искажение привязанности (стремление привлечь к себе внимание или формальная привязанность), девиантное поведение, психопатизация личности, трудности обучения, низкая школьная успеваемость. Особенности поведения и внешнего вида, интеллектуальные затруднения приводят к тому, что в школе такие дети испытывают негативное отношение со стороны сверстников и даже педагогов и становятся жертвами других видов насилия: физического и психологического.

Помимо указанных эмоциональных, поведенческих, интеллектуальных проблем, этим детям свойственны недоверие к взрослым, чувство собственной некомпетентности, низкая мотивация к деятельности, что затрудняет оказание социально-психологической помощи.

##### *Диагностика*

Выявление пренебрежения нуждами ребенка производится на основе его внешнего вида, особенностей поведения, медицинских показателей и объективных данных о его семейной ситуации.

Актуальное состояние ребенка оценивается по состоянию его физического здоровья, его эмоциональному состоянию, опасности его окружения и наличию высокого риска для его жизни и здоровья в случае его оставления без помощи.

Оценка физического состояния включает в себя оценку нанесенных повреждений и травм, степень истощения или длительное оставление без еды и питья (для маленьких детей), неоказание медицинской помощи, а также серьезные заболевания.

Оценка эмоционального состояния включает в себя острые эмоциональные реакции: страх, гнев и т.п.

Оценка опасности среды включает в себя рассмотрение внешних условий, представляющих угрозу для ребенка (оставление без контроля или в опасном месте, нахождение с людьми, могущими нанести вред или неспособными обеспечить защиту).

Помимо угрожающих жизни и здоровью ребенка обстоятельств учитываются наличие защитных факторов или ресурсов семьи. Экстренное отобрание не является необходимым, если в семье есть люди, которые могут обеспечить безопасность ребенка и постоянную заботу о нем. Такими людьми нередко являются бабушки, разведенные родители, проживающие отдельно от ребенка и готовые взять на себя ответственность за его жизнь и воспитание. Во всех этих обстоятельствах наиболее важную роль играет возраст и состояние здоровья ребенка.

Диагностика индивидуальных особенностей должна дать информацию об уровне психического развития (в соотношении с возрастной нормой) и состоянии интеллектуальной, эмоционально-волевой и личностной сферы. При этом важно оценить обучаемость ребенка, его потенциальные возможности, а также ресурсы компенсации отклонений в развитии. При необходимости может использоваться дефектологическая и нейропсихологическая диагностика.

*Коррекция последствий насилия (отклонений в психическом и личностном развитии ребенка)*



Ввиду тяжести и тотальности последствий пренебрежения нуждами ребенка, коррекция последствий насилия состоит в воздействии на отклонения в физическом, психическом и личностном развитии.

В неблагополучных семьях родители часто небрежно относятся как к собственному здоровью, так и к здоровью детей, поэтому необходимо целенаправленно планировать решение вопросов организации медицинской помощи силами специалистов учреждений социального обслуживания.

Психологическая помощь детям состоит в коррекции и развитии их интеллектуальной сферы, формировании социальных (в частности, коммуникативных) навыков, развитии эмоциональной сферы, повышении самооценки. Это позволит уменьшить школьные трудности, проблемы в общении с учителями и сверстниками. Программы, представленные ниже, могут быть использованы в рамках образовательного учреждения. В зависимости от возраста, проблем и готовности ребенка, можно также использовать программы по развитию эмоциональной компетентности, модификации поведения, профилактике асоциального поведения и другие программы, описанные в разных разделах.

### **КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

Программа ориентирована на целостную коррекцию личности и развитие познавательной и эмоциональной сфер детей с проблемами в развитии.

Программа рассчитана на детей 6—7 лет и включает познавательные занятия, игровые мини-тренинги и упражнения по телесно-ориентированным техникам. Продолжительность занятий 30—40 минут. Педагог-психолог проводит 1 занятие в неделю, инструктор по физвоспитанию проводит 1 занятие в неделю по телесно-ориентированным техникам.

*Структура занятий*

Все занятия имеют гибкую структуру, разработанную с учетом возрастных особенностей детей и степени выраженности дефекта. Занятия строятся на основе принципов интегрирования (включение элементов музо-, изо-, танцевально-двигательной терапии), системности и преемственности. Выбор тематики занятий определяется характером нарушения развития и подбором наиболее адекватной тактики коррекционно-развивающей работы. Формы работы определяются целями занятий, для которых характерно сочетание как традиционных приемов и методов (фронтальные и индивидуальные занятия), так и инновационных (рисуночные тесты, рисование под музыку, игры с песком и др.).

Структура занятий гибкая, она включает в себя познавательный материал и элементы психотерапии. В процессе занятий у детей развиваются коммуникативные качества, обогащается эмоциональный опыт, активизируется мышление, осознаются и переживаются успехи-неуспехи, результаты деятельности, проектируются общественные взаимодействия и двигательные акты, формируется личностная ориентация.

Настроение детей, их психологическое состояние в конкретные моменты могут стать причиной варьирования методов, приемов и структуры занятий. Занятие конструируется примерно следующим образом:

*I. Разминка в кругу:* психологический настрой на занятие, приветствие (продолжительность 3 минуты).

*II. Упражнение для наших пальчиков:* работа с орехами, карандашами, пуговицами, зернами + пальчиковые игры (продолжительность 5 минут).

*III. Коррекционно-развивающий блок:* какой-либо познавательный материал, связанный одним игровым сюжетом. Включаются задания на развитие восприятия, памяти, мышления (продолжительность 15 минут).

*IV. Двигательная разминка:* прием «Перевоплощение» или игровой мини-тренинг «Оживи картинку» (продолжительность 5 минут).

*V. Релаксация, психогимнастика* (продолжительность 3 минуты).

VI. *Прощание* (продолжительность 2 минуты).

### Задачи

Научить ребенка понимать собственное эмоциональное состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, интонацию.

Активизировать силы самого ребенка, настроить его на преодоление жизненных трудностей.

Развивать умственные способности.

Прививать навыки социального поведения.

### КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ

Цели: Обучение детей, имеющих проблемы в развитии, приемам саморегуляции, умению управлять своим телом и владеть своими эмоциями. Снятие мышечных зажимов.

Оборудование: Обруч, три скамейки, веревка с игрушечной обезьяной, карандаши, краски, бумага, платки, одеяло.

### ХОД ЗАНЯТИЯ

Дети сидят на ковре в кругу.

Педагог-психолог. *Ребята, вы любите путешествовать? Я так и знала. Сейчас мы отправимся на таинственный остров. Коврик, на котором вы сидите, не простой, а волшебный. Сядьте так, чтобы ваши ноги были вытянуты вперед, возьмитесь за руки и закройте глаза. (Звучит музыка.) Представьте, что мы поднимаемся вверх в облака, еще выше, выше облаков, летим, ковер покачивается. Крепче держитесь за руки. Дышим все легко, ровно, глубоко. Глубокий вдох, долгий выдох. Нам хорошо летать, взявшись за руки. Но вот ковер опускается ниже, ниже. Откройте глаза, мы на таинственном острове. Что вы чувствовали, когда летали? (Ответы детей.)*

Педагог-психолог. *А хорошо вам было держать друг друга за руки? Пойдемте по острову, осмотрим его. Место это незнакомое, потому надо идти и слушать каждый звук. (Какие звуки вы слышали?)*

*Вроде все спокойно и безопасно. Мы можем поиграть.*

*Прыгаем с кочки на кочку.*

*Пролезаем в обруч.*

*Достаем до ушей воображаемого жирафа.*

*Молодцы! Посмотрите, сколько здесь цветов! Ночью они спят, а днем расцветают. Давайте представим, что мы — цветы. Присев на пол, обхватим руками колени — цветы спят. Просыпаются — мы покачиваем руками. Солнце скрылось — цветы опять уснули. Проснулись — веселые, уснули — грустные. Опять проснулись. На острове живет кобра. Она добрая. Представим, что мы, как и она, греемся на солнце (легли на пол на живот, руки под подбородок). Проснулась кобра — приподнимаемся на руки, потом на колени, смотрим вперед. А еще есть удав. Знаете ли вы его? Он сворачивается в клубочек (легли на спину, обнимаем себя за ноги), а потом покачивается на спинке и встает. А еще тут живут зайчики. Один из них всех боится. Покажите, как он трясется от страха. Другой — смелый заяц. «Я никого не боюсь!» — встаньте и смело скажите это. (Дети выполняют задание.)*

*Педагог-психолог. А теперь поиграем. Завяжем глаза, пойдем навстречу друг другу. Скажем «ку-ку». Встретившись, обнимаемся. А сейчас полежим в гамаке (педагогу-психологу помогает воспитатель; вместе с ним педагог-психолог раскачивает на одеяле ребенка). Грянула буря (гамак сильно раскачивается). Надо лежать и громко говорить: «Я — смелый» . (Остальные дети топают ногами — создают бурю.)*

*Дети, помните, когда-то вы говорили, что боитесь темноты, страшных зверей, кататься на качелях? Здесь же, на острове, вы стали такими смелыми и сильными! Сейчас я выключу музыку, а вы вспомните, чего вы раньше боялись. Нарисуйте все это. Когда я хлопну в ладоши, все станет по-другому: исчезнет страх, вы почувствуете силу, доброту.*

(Играет музыка — дети рисуют; раздается хлопок — рвут свой рисунок.)

Педагог-психолог. *Знаете, на острове есть водопад. Он тоже волшебный. Вода в нем теплая. Если опустить в него руки, искупаться в нем — то вода смывает все плохое, все обиды. Вы станете радостными, все грустное и плохое уйдет прочь. (Звучит музыка.) Давайте подойдем к водопаду и встанем под его теплые струи. Вода смывает все печали, огорчения, обиды, ссоры. Настроение у всех веселое, радостное. Давайте улыбнемся и с таким вот настроением пойдём в группу.*

### КОРРЕКЦИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ СФЕРЫ

Цели: Формирование у детей умения делать первичное обобщение, представлять предмет в целом. Формирование позитивных качеств личности (эмпатии, доброты).

Оборудование: Мягкие игрушки: попугай, белочка, заяц, лисичка и мышка; коробочка с геометрическими фигурками; разрезные картинки (с изображением этих игрушек); леска; пуговицы-грибочки; пакетики с гречкой, пшеном, рисом.

### ХОД ЗАНЯТИЯ

Дети сидят на стульчиках в кругу.

Педагог-психолог. *Дети, к нам сегодня обещали прийти гости. Вот первый гость — попугай Кеша. Он хочет с вами познакомиться и поиграть. Как вы думаете, что мы можем сделать, чтобы ему у нас понравилось, чтобы он захотел прилететь к нам снова*

Дети отвечают. Затем педагог-психолог бережно передает ребенку, сидящему по соседству, игрушку и просит, чтобы тот прижал ее к себе, погладил, сказал что-либо ласковое и передал другому ребенку.

Педагог-психолог. *А еще к нам в гости пришли белочка, заяц, лисичка и медведь. Давайте мы их угостим чем-нибудь вкусненьким. Вы, Таня и Саша, наберите на веревочку грибочки (мы их засушим белочке). Вы, Антоша и*

*Миша, отложите по 10 зернышек пшена и риса попугаю Кеше, а ты, Сережа, наложи в тарелочку 10 зернышек гречки для мышки.*

*(Дети выполняют задание.)*

*Педагог-психолог. Ну вот, теперь наши гости сыты и хотят поиграть с нами. У вас на столе лежат коробочки с геометрическими фигурками. Чтобы зверушки не потерялись в лесу, у каждого есть своя тропинка. У белочки — кружок, у зайца — квадрат, у лисички — треугольник, у мышки — овал. Постройте для каждого гостя свою дорожку, выбрав фигурки из коробки (на столе у педагога-психолога стоят игрушки, около каждой — соответствующая геометрическая фигура).*

*(Дети выполняют задание.)*

*Педагог-психолог. А сейчас уберите фигурки в коробку. А теперь сядьте на край стула, прислонитесь к спинке, руки положите на колени, а глазки закройте. Представьте себе теплый чудесный день (звучит музыка). Над вами ярко-голубое небо. Мягкие лучи солнца и теплый ласковый ветерок целуют ваши глазки и щечки. По небу летит серая тучка. На нее мы поместим все наши обиды, горести и огорчения. Мы всегда будем радостными, добрыми и сильными. А теперь откройте глазки и улыбнитесь друг другу. Я вас очень люблю!*

### **КОРРЕКЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ**

Цели: Закрепление умения прокатывать мяч с целью попасть в движущийся предмет. Укрепление мышц пальцев рук и кисти. Развитие глазомера и координации движений. Обучение правильному дыханию. Формирование правильной оценки.

Оборудование: Малые мячи по количеству детей; 5—6 больших мячей; шапочки-маски, изображающие морских обитателей.

### **ХОД ЗАНЯТИЯ**

*Вводная часть «Свистать всех наверх!»*

Дети входят в зал колонной по одному. Построение в шеренгу, равнение, проверка осанки.

*Инструктор. Все дети являются матросами патрульного корабля «Морской охотник» и должны принимать участие в морских учениях. Вы будете тренировать свою силу, ловкость, выносливость, а в минуты отдыха веселиться и играть в интересные игры*

Учения начинаются с «проверки организованности и дисциплины». Дети выполняют разные виды ходьбы: обычную, приставными шагами, руки на поясе («утрамбовываем песок»); скрестным шагом, спиной вперед («запутываем следы»). Далее выполняют бег с преодолением препятствий — по узким доскам (шириной 15 см), с перепрыгиванием «канавок» шириной 40—50 см («аврал на корабле»); обычную ходьбу с плавным движением рук («большие волны»); бег змейкой («проход через лабиринт»); обычную ходьбу.

*Игра «Стоп, хлопок, раз»*

Игра развивает внимание и координацию. Дети идут друг за другом. На сигнал «Стоп» все останавливаются, на сигнал «Хлоп» подпрыгивают, а на сигнал «Раз» поворачиваются кругом и идут в обратном направлении. Повторяется три раза.

### ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

*«Проверка специальных знаний, умений, навыков»*

*Комплекс кинезиологических упражнений*

Дети строятся в одну шеренгу.

*Водолазы*

Исходное положение: ноги врозь, руки опущены. Задержка дыхания. Сделать глубокий вдох и задержать дыхание так долго, насколько это возможно, 3—4 раза.

*Дерево*

Исходное положение: сидя в группировке (на корточках, руками обхватить колени, голову опустить). Представить себе, что ты — семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно встать на ноги, распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Напрячь тело, имитируя дерево. Выполняется 3 раза.

#### *Внутри-снаружи*

Исходное положение: лежа на спине. Закрывать глаза и прислушаться к звукам вокруг себя (шум транспорта за окном, скрип двери, дыхание других и т.п.), затем перевести внимание на свое тело и прислушаться к нему (собственное дыхание, биение сердца, ощущение позы тела). Выполняется 3 раза

#### *Наши ушки слышат все*

Дети делают самомассаж ушных раковин.

#### *Чтоб с мячами нам дружить, надо пальцы нам развить*

Исходное положение: ноги врозь, мяч малого размера в руках перед грудью. Одновременные и попеременные сжимания и разжимания пальцами рук мяча; катание мяча между ладоней; сдавливание мяча кончиками пальцев; вращение кистей рук с мячом. Каждое движение выполняется 4–5 раз.

#### *Велосипед*

Упражнение выполняется в парах. Исходное положение: встать напротив друг друга, коснуться ладонями ладоней партнера. Совершать движения, аналогичные тем, которые выполняют ноги при езде на велосипеде, с напряжением. 8 движений + пауза. Выполняется 3 раза.

#### *Кошечка*

Исходное положение: стоя на четвереньках. Имитировать потягивание кошки: на вдохе прогибать спину, поднимая голову вверх, на выдохе выгибать спину, опуская голову. Выполняется 6—8 раз.

#### *Прыжки по команде ведущего*



4 прыжка вперед + 4 прыжка назад + 4 вправо + 4 влево + пауза (морская качка — перекач с пятки на носок). Выполняется 2 раза.

### *Волны шипят*

Исходное положение: стоя на пятках, руки вниз. Вставая на носки, плавно поднять руки вперед-вверх (вдох); на выдох через рот со звуком «ш-ш-ш» плавно опустить руки, вернуться в исходное положение. Выполняется 3–4 раза.

### *Игровое упражнение «Морской бой»*

После тренировок матросам предстоит попасть в «торпеду»; взрослый быстро прокатывает большие мячи вдоль стены, а дети катят свои мячи поперек, стараясь попасть в «торпеды». Кто самый меткий? Выполняется 3–4 раза.

## ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Матросы отлично справились с заданиями и приглашаются в гости к морскому царю на водный карнавал. Все превращаются в рыбок, морских звезд, русалок, крабов, морских коньков... Звучит плавная музыка — морские обитатели, танцуют, начинают свой карнавал. Морской царь (ведущий) хвалит понравившихся ему танцоров.

В конце занятия, в зависимости от состояния детей, можно провести упражнение на расслабление.

Исходное положение: лежа на спине, ноги врозь, руки в стороны, поза «медуза». Дети расслабляют руки, потряхивают ногами. Ведущий произносит в это время:

*Я лежу на спине,*

*Как медуза на воде*

*Руки расслабляю, в воду опускаю*

*Ножками потрясу и усталость сниму.*

Под спокойную музыку дети выходят из зала.

## **ТРЕНИНГ ПО РАЗВИТИЮ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ 12-15 ЛЕТ**

Цель: развитие у подростков навыков общения, осознания и выражения своих чувств, понимания и принятия чувств окружающих людей, активизация механизмов самопознания и самовыражения.

Целевая группа: подростки в возрасте от 12 до 15 лет.

Необходимые материалы: бумага, ручки, стулья по количеству участников, несколько старых газет, лист ватмана, маркер, видеодвойка.

Организация занятий: программой предусмотрено 5 занятий по 40 минут каждое.

### **ЗАНЯТИЕ 1**

Цель: создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия.

Необходимые материалы: большой лист ватмана или бумаги, маркеры, бумага, ручки, несколько старых газет.

### **ПРИНЯТИЕ ПРАВИЛ ГРУППОВОЙ РАБОТЫ**

Цель: Выработать правила, по которым будет проходить каждое занятие; определить штрафные санкции для нарушителей.

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

Ведущий озвучивает основные пункты, к которым участники делают дополнения:

1. То, что происходит в группе, не должно негативно влиять на взаимоотношения.

2. Нельзя унижать и оскорблять.
3. Нельзя употреблять нецензурные выражения.
4. Обращаться друг к другу только по имени.
5. Говорить по одному, при желании высказаться необходимо поднять руку.
6. Указания тренеров не обсуждаются.
7. Нельзя выходить из группы без разрешения тренеров, и т. д.

Кроме того, определяются штрафные санкции для нарушителей. Вывод участника за дверь является крайней мерой наказания.

Самым оптимальным наказанием за нарушение правил является лишение права голоса на одно упражнение. Обычно подростки достаточно тяжело переживают, что им не разрешают высказать свое мнение, и этот фактор позволяет поддерживать дисциплину в группе.

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

#### УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «ПРЕДСТАВЬ СВОЕ ИМЯ»

Цель: Осуществление эмоционального разогрева.

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

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «ОБЪЯВЛЕНИЕ ОБ ОБЪЯВЛЕНИИ»

Цель: Развитие умения заявлять о себе.

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

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «СКОЛЬКО ТЫ ВЕСИШЬ?»

Цель: Обнаружение зависимости физического состояния от эмоционального настроения.

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

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «ОСТРОВ»

Цель: Развитие ответственности за других членов группы.

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

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

Заметки для ведущего: В группе может оказаться изгой, которого ребята будут специально выталкивать с «острова». В этом случае следует, не останавливая игру, бросить ему «спасательный круг» — подстелить кусок газеты. В обсуждении необходимо обязательно спросить ребят, почему они не спасали, а специально выбросили с острова этого участника. Если бы ситуация была не игровая, а настоящая, они поступили бы также? Этот вопрос должен «повиснуть в воздухе», не стоит ждать ответа, поскольку,

скорее всего, он будет неискренним. Пусть ребята окажутся наедине с этим вопросом.

### УПРАЖНЕНИЕ «ЛАДОШКА»

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

Содержание: На листе бумаги каждый участник обводит ладошку и внутри контура пишет качество, которое нравится в самом себе. Листки передаются по кругу, а остальные участники дописывают те качества, которые нравятся в хозяине ладошки. Листки необходимо подписать. Когда «ладошки» вернутся к своему хозяину, все ребята благодарят друг друга.

Обязательно необходимо зафиксировать внимание участников на том, что пишутся только положительные качества.

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

### РЕФЛЕКСИЯ

Цель: Получение обратной связи.

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

### ЗАНЯТИЕ 2

Цель: формирование адекватной самооценки.

Необходимые материалы: бумага, ручки.

### УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «КАЛЕЙДОСКОП»

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

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

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

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «ЕСЛИ БЫ Я БЫЛ...»

Цель: Формирование навыков самораскрытия.

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

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «МОЙ СОСЕД СЛЕВА»

Цель: Развитие умения находить положительные качества в других людях.

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

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «МОИ СИЛЬНЫЕ И СЛАБЫЕ КАЧЕСТВА»

Цель: Формирование навыков адекватной самооценки.

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

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «ХРОМАЯ ОБЕЗЬЯНА»

Цель: Снижение эмоционального напряжения.

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



Заметки для ведущего: В группе могут оказаться «провокаторы». Поэтому следует предупредить ребят, что изображать хромого обезьяну не нужно, важно просто не думать о ней.

### РЕФЛЕКСИЯ

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

### ЗАНЯТИЕ 3

Цель: осознание причин выбора модели поведения в различных ситуациях.

Необходимые материалы и оборудование: видеодвойка, мультфильмы «День рождения Иа», «Винни-Пух идет в гости».

### УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «РАЗОЖМИ КУЛАК»

Цель: Эмоциональный разогрев.

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

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

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

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

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

### УПРАЖНЕНИЕ «ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ГЕРОЕВ»

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

Содержание: Участникам предлагается вспомнить героев сказки про Винни-Пуха и охарактеризовать их. Характеристики записываются на доске.

Пятачок — зависим и не уверен в себе, не умеет противостоять влиянию.

Кролик — активно навязывает другим свою точку зрения, считает, что он знает все, требует подчинения.

Ослик Иа — не верит в собственные силы, ожидает неудачи, пессимистично смотрит на мир.

#### Заметки ведущему:

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «ПРОБЛЕМЫ ГЕРОЕВ»

Цель: Развитие навыка справляться с проблемами поведения.

Содержание: Участникам предлагается подумать и озвучить, что нужно изменить в себе Пятачку, Кролику и Иа. С участниками обсуждается, как героям нужно воплотить данные рекомендации в жизнь.

Заметки для ведущего: Пятачку надо научиться говорить «нет» и отстаивать свою точку зрения. Кролику следует научиться просить и принимать отказ. Ослику необходимо поверить в собственные силы и научиться разрешать ситуации.

#### УПРАЖНЕНИЕ «УШИ - НОС»

Цель: Развитие способности сохранять спокойствие в стрессовой ситуации.

Содержание: Ведущий рассказывает, как важно сохранять спокойствие в ситуации, когда в адрес человека кто-то кричит, обвиняет, оскорбляет, насколько полезно порой не заразиться чужой агрессией и не ответить криком на крик. Можно предложить ребятам вспомнить ситуации, когда они

заражались чужой агрессией в конфликтах. Что из этого получилось? Чтобы конфликты не перешли во вражду, нужно уметь внутренне отстраниться от стрессовой ситуации и настроиться на конструктивное разрешение.

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

После выполнения задания следует обсуждение: какие чувства испытывали партнеры в ролях? Трудно ли было выполнить задание и почему? Что нужно сделать, чтобы прекратить нападки Кролика?

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «ПОСИДИТЕ ТАК, КАК СИДИТ...»

Цель: Снятие эмоционального напряжения.

Содержание: Ведущий предлагает участникам посидеть на своих стульях так, как сидели бы: король, курица на насесте, начальник милиции, преступник на допросе, судья, жираф, маленькая мышка, слон, пилот, бабочка и т. д.

Заметки для ведущего: Это упражнение очень смешное, не нужно останавливать смех и «клоунов», лучше посмеяться вместе с ребятами.

#### РЕФЛЕКСИЯ

Получение обратной связи. Обсуждается занятие и «измеряется вес».

#### ЗАНЯТИЕ 4

Цель: формирование навыков определения своей позиции в затруднительных ситуациях.

## УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «ЭТО Я»

Цель: Эмоциональный разогрев.

Содержание: Один участник выходит на середину. Его задача — одним жестом передать свой характер или какую-то черту. Остальные должны угадать, что он хотел сказать. Угадавший занимает его место.

Заметки для ведущего: Ведущие выходят по желанию, не нужно в этом упражнении «принуждать» ребят. Если вначале желающих не находится, ведущий показывает пример сам.

## УПРАЖНЕНИЕ «ДА - НЕТ»

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

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

Далее следует обсуждение, построенное на следующих вопросах: удалось ли переубедить партнера, не крича при этом и не изменяя позы? Какая была поза, помогла ли она? Как ее воспринимал ваш партнер? Как вы думаете, захочет ли этот человек вновь встретиться с вами? Как, на ваш взгляд, выглядит уверенный человек? В чем это проявляется? А можно ли отказать человеку и при этом сохранить с ним хорошие отношения?

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

## УПРАЖНЕНИЕ «СКАЖИ "НЕТ"»

Цель: Формирование навыков достойного отказа.

Содержание: Вызываются добровольцы: один будет требовать что-то им задуманное, а второй попытается ему отказать. Если необходима

поддержка, то можно позвать на помощь других участников. На разыгрывание сценки дается 5 минут.

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

Заметки для ведущего: Надо предупредить добровольцев, что должны выбираться такие ситуации, в которых трудно отказать. Можно оказать помощь в выборе ситуации.

### УПРАЖНЕНИЕ «НОЖ И МАСЛО»

Цель: Развитие умения преодолевать страх перед неприятной ситуацией.

Содержание: Участники встают в два ряда друг против друга, поднимают правую руку и ритмично одновременно передвигают ее вверх-вниз, как нож. Каждый по очереди должен пройти через этот строй. Закончивший путь встает в конец строя, а стоящий в начале — проходит через шеренгу. Далее обсуждается, как было легче избежать удара — продумав свой путь или бросившись бежать не думая? Подростков необходимо вывести на осознание необходимости планирования действий в сложных ситуациях.

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

### РЕФЛЕКСИЯ

Цель: Получение обратной связи.

Содержание: Обсуждается занятие.

### ЗАНЯТИЕ 5

Цель: актуализация знаний, приобретенных на занятиях

Необходимые материалы: бумага, ручки.

### УПРАЖНЕНИЕ-АКТИВАТОР «АТОМЫ»

Цель: Эмоциональный разогрев.

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

Заметки для ведущего: Необходимо предупредить ребят, что специально толкаться запрещается.

#### УПРАЖНЕНИЕ «СИТУАЦИЯ В АВТОБУСЕ»

Цель: Развитие умения анализировать ситуации.

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

Заметки для ведущего: Ребятам проще анализировать ситуации, когда они являются не ее участниками, а лишь наблюдателями.

#### УПРАЖНЕНИЕ «АНТИВРЕМЯ»

Цель: Обучение способам избегания конфликтных ситуаций.

Содержание: Участникам предлагается вспомнить неприятную ситуацию и рассказать о ней. Затем нужно подробно обсудить эту ситуацию, восстанавливая ход событий от конца до начала, и найти ответы на вопросы: где находится узел конфликта? Как можно было его избежать? Далее ситуация разыгрывается по другому сценарию с исправлениями.

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

Метки для ведущего:

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «НЕОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ»

Цель: Формирование умения принимать оценку себя со стороны.

Содержание: Участникам дается вводная ситуация: на необитаемый остров забрасывается группа из, трех человек, задача — выжить. А выжить можно только рядом с людьми, которые умеют что-то делать, обладают

замечательными личными качествами. Каждый из участников должен выбрать себе двух напарников и объяснить свой выбор. Одни и те же ребята могут выбираться несколько раз. В заключение ведущий говорит, что ему хотелось бы взять на остров с собой всех ребят, потому что они все необыкновенные и обладают огромным количеством прекрасных человеческих качеств.

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

#### УПРАЖНЕНИЕ «ЧЕМОДАН»

Цель: Закрепление полученных навыков, осознание их ценности.

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

Заметки для ведущего: Записки ребят используют для оценки результативности блока занятий.

#### ПРОЩАНИЕ

Цель: Актуализация знаний, приобретенных на занятиях.

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

*Программа практических занятий с элементами тренинга  
для подростков и юношей «Мой защищенный мир» [27]*

Ребенок может столкнуться с насильственными действиями в любое время и в любой ситуации: в школе, на отдыхе, в общественном месте. Исключением не является и семья, не смотря на то, что данный социальный институт призван обеспечивать безопасность, которая является необходимым

фактором для нормального развития ребенка. Насилие как социально - психологическая проблема является в настоящее время весьма актуальной и значимой.

Выбор детей подросткового и юношеского возраста как основного контингента в данной программе не случаен. В подростковый период происходит отдаление ребенка от родительской семьи, увеличение числа конфликтов с родителями, другими взрослыми, а так же со сверстниками. В подростковом возрасте закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок.

Важнейший момент в характеристике подростка, его новой социальной позиции – осознание своего «Я». Это осознание осуществляется и в самооценке, и в отношениях со сверстниками и взрослыми. Появляется моральная потребность проанализировать свои достоинства и недостатки, стремление понять, что в собственных поступках и целях является правильным или неправильным и т.д.

В юности окончательно преодолевается зависимость от взрослых и утверждается самостоятельность личности. Психологическое содержание юности связано с развитием самосознания, формированием нравственного сознания, устойчивого мировоззрения. В межличностных отношениях нарастает значение индивидуальных контактов и привязанностей. Неблагоприятные общественные и микросоциальные условия могут приводить к острым психологическим конфликтам и глубоким переживаниям, к кризисному переживанию юности.

Таким образом, программа «Я могу сказать «нет», включающая в себя укрепление структур «Я – взрослый», развитие адаптивных навыков поведения, укрепление и развитие конструктивных стратегий профилактики и преодоления ситуаций насилия и др., а так же способствующая стабилизации адекватной самооценки, является хорошей профилактической



базой для формирования у подростков и юношей умений противостоять нефизическому насилию со стороны окружающих; направлена на активизацию, увеличение ресурсов, необходимых для противостояния различным жизненным трудностям подростковой жизни, связанных с эмоциональным насилием.

*Цель:* обучение стратегиям совладающего поведения и навыкам саморегуляции в подростковом и юношеском возрасте.

Программу может проводить психолог, педагог или социальный работник, имеющий опыт проведения тренинговых программ, работающий с подростками, знающий особенности подросткового возраста.

*Условия реализации программы:*

1. Программа рассчитана на подростков 14-16 лет.
2. Оптимальное число участников группы 12-15 человек.
3. Общий объем программы – 16 часов. Программа тренинга рассчитана на 4 дня работы по 4 часа в день. Возможно увеличение общего количества часов до 24.
4. Группы могут быть смешанными (по полу, возрасту).

*Рекомендации по использованию программы:*

Для работы потребуются следующие материалы: бейджи, плакат «Правила работы группы», вывески с афоризмами, бланки анкет, бланки опросника К. Томаса, информационные карточки «Способы преодоления ситуации нефизического насилия», фломастеры, мяч, отрывные карточки.

*Эффективность программы* оценивается путем:

анализа тренером анкет подростков о программе; откликов родителей, педагогов, социальных работников об изменениях в детях, произошедших в них за время тренинга или после него.

*Содержание* тренинга представлено следующими блоками информации:

**ВВЕДЕНИЕ**

## 1. Знакомство.

Создание у участников эмоционального настроения на работу в группе. Обсуждение ожиданий, опасений от работы в группе. Принятие правил работы в группе.

## ОБУЧЕНИЕ И РАЗВИТИЕ

### 2. Понятие насилия. Виды насилия. Нефизическое насилие.

### 3. Ситуации насилия.

Определение и обсуждение возможных ситуаций насилия. Зоны риска. Изучение типологии ситуаций, угрожающих возникновением нефизического насилия. Способы снятия напряжения после ситуации насилия. Определение конструктивных способов снятия напряжения после ситуации насилия.

### 4. Анализ индивидуально перенесенных ситуаций насилия.

Определение индивидуальных способов поведения внутри ситуации и ее предупреждения. Определение и обсуждение конструктивных стратегий поведения внутри ситуации насилия и способов профилактики. Укрепление навыков «психотерапевта» для других.

### 5. Профилактика насилия в социальной группе

Адаптивные навыки поведения. Анализ стратегии поведения в кризисной ситуации, угрожающей насилием. Повышение уверенности в себе. Стабилизация адекватной самооценки. Повышение ответственности за свое поведение. Осознание своей ценности и уникальности

## ЗАВЕРШЕНИЕ

### 8. Личностная обратная связь.

Позитивное завершение межличностных отношений в группе. Личностная поддержка.

### 9. Итоги тренинга.

Осознание и структурирование опыта, полученного на тренинге. Выявление индивидуальных вариаций полученного опыта.

## **ТРЕНИНГ УВЕРЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Программа разработана для воспитанников детского дома или находящихся в воспитательных учреждениях, но при небольших изменениях может использоваться с любыми подростками.

В этом тренинге соединены две задачи: формирование цивилизованных форм отстаивания своих прав и приемы уверенного поведения. Эти два типа поведения и отношения связаны и составляют альтернативу более привычному агрессивному и провокативному поведению подростка из детского дома или из мест лишения свободы. Основная идея тренинга — расположить подростка вести себя в неоднозначных ситуациях оптимально, т.е. тренер сосредоточивается на том, что агрессивное поведение не столь плохо, сколь неэффективно. Такая постановка вопроса позволяет уйти от оценок «хорошо — плохо себя вести» и перейти к более убедительным для подростка доводам: добиваешься цели или нет.

## УПРАЖНЕНИЯ И БЕСЕДЫ

### *БЕСЕДА 1. ВВЕДЕНИЕ В ТРЕНИНГ*

Что значит вести себя уверенно? Можно ли стать уверенным в себе, если до этого вы не чувствовали в себе никаких способностей? Да и способность ли это — уверенное поведение? Наверное, вы часто слышите это как пожелание «ли порицание: «Перестань стесняться, веди себя увереннее», «Где твое чувство собственного достоинства, будь увереннее», «Не нужно так сомневаться. Ты что, какой-то неуверенный в себе маменькин сынок?!» В слово уверенность вкладывается так много смыслов, что психологи часто используют другое слово для обозначения уверенного поведения — *ассертивность* (от англ. assertive — отстаивающий свою точку зрения, напористый, защищающий свои права). Ниже приведен пример ситуации, в которой вести себя уверенно сложно.

*Ситуация-пример.* В класс, где вы учитесь, пришел новенький. Он не кажется вам ни высокомерным, ни занудливым, но ваш приятель подбивает вас показать новенькому, «где его место, чтобы не задавался». На ваше сопротив-

ление приятель спрашивает: «Ты что, больше не хочешь и мной общаться?»  
Ваши действия.

1. Резко оборвать приятеля: «Ты мне тут не угрожай, я сам себе хозяин».

2. Напомнить приятелю о том, в чем он от вас зависит «Ну, это ты выступаешь до первой контрольной по физике».

3. Высказать свое мнение: «Без меня найдутся те, кто его доведет. Я не хочу пользоваться уязвимостью другого, чтобы самоутвердиться».

4. Поразмыслив, прийти к выводу, что с этим приятелем вы дружите много лет, и из-за какого-то новенького не стоит ссориться со старинным другом.

Вместо уверенного поведения люди могут вести себя *агрессивно*. Первый из вариантов ответа как раз и описывает такое поведение, когда человек использует силу и напор при отстаивании своей точки зрения. Опыт показывает, что агрессивная реакция — первая, которая приходит человеку в голову. Ее последствия непредсказуемы: другой может пойти на еще более жесткую агрессию (например, физическую) или он испугается, но отношения будут безнадежно испорчены. Агрессивная реакция действует как бумеранг — рано или поздно любой агрессор сталкивается с тем, и оказывается сильнее и агрессивнее его.

Вторая реакция — тоже распространенная замена уверенного поведения, ее называют *манипулятивной*, когда человек знает «слабые» места другого и умеет «надавить» на них так, чтобы другой вел себя в соответствии с ожиданиями. Все манипуляции направлены на подтверждение собственной значимости: «Я хороший (выдержанный, умный, успешный), а ты плохой (без тормозов, недалекий, невезучий)». Чем же плохи манипуляции? В первую очередь тем, что вместо решения реальной проблемы (в данном случае разрешения противоречий между вами и другом) решает совсем другая задача (кто в отношениях более авторитетен). Часто манипуляции и реализуются для того, чтобы уйти от решения задачи, которая кажется сложной, требующей признания своих слабостей и т.д.

Четвертый ответ отражает реакцию, противоположную агрессии, — уход. Чем же опасно поведение, которое часто называют избеганием? В первую очередь тем, что человек не приобретает опыта отстаивания своих интересов и точки зрения, а значит, легко может стать объектом чьей-то манипуляции. Такого человека могут использовать, а он, боясь показаться невежливым, недобрый, будет бояться сказать «нет».

Из приведенных четырех вариантов поведения уверенным является третий. Данный ответ объясняет ваше поведение и не задевает другого, оставляя ему шанс вести себя иначе. В этом и состоит уверенное поведение — остаться при своем мнении, но не давить на других, вести себя так, чтобы уважали, но не боялись. Конечно, не во всех ситуациях можно вести себя именно так — свобода во многом потому и свобода, что предоставляет возможность выбирать поведение.

Подумайте, как вы ведете себя чаще всего: агрессивно, уверенно, уходите из ситуации или манипулируете другими? А теперь ответьте на вопросы небольшого теста. Выбирайте один вариант ответа, который подходит вам больше всего и кажется самым лучшим (хотя, вы, может быть, и не всегда ведете себя так, как хотели бы).

*Ситуация 1.* Вы сидите в автобусе. Входит пожилая женщина и начинает, глядя на вас, говорить примерно следующее: «Вот молодежь пошла, никакого уважения к старым. Ни места не уступят, ни работать не умеют».

Ваше поведение.

1. Уступить место и уйти подальше от этой женщины.
2. Продолжать сидеть — бабушка сама виновата, могла бы попросить, я бы уступил, а не хамил.
3. Сказать, вставая: «Бабушка, ну не все такие».
4. Обратиться к рядом сидящему: «Вечно им больше всех надо».

*Ситуация 2.* Вы разговариваете со своим приятелем о том, то боитесь (например, контрольной, выволочки родителей за что-то, риска не найти

работу и т.д.). Спрашиваете приятеля о том, боится ли он чего-то и как ведет себя в таких случаях. В ответ приятель говорит, что бояться таких вещей только лохи. Ваше поведение.

1. «Кто лох, я?» — Дать приятелю так, чтобы потом и не думал намекать на какие-то ваши проблемы.

2. Постараться узнать, почему ваш приятель так о вас думает, и впредь стараться не попадать впросак.

3. Напомнить приятелю, как он трясся, стоя перед кабинетом стоматолога.

4. «Страх и трусость — разные вещи. Только как раз дураки и не боятся».

*Ситуация 3.* Вы одолжили своему знакомому деньги (какую-то вещь). Время идет, а приятель и не вспоминаете том, что должен.

Ваше поведение.

1. Не слушая никаких оправданий, требовать вернуть долг немедленно, упрямо и не уходя.

2. Пригрозить, что если долг не будет возвращен в ближайшие дни, приятелю достанется.

3. Сказать, что если долг не будет возвращен, никакой другой помощи приятель от вас не получит, а при удобном случае отказать этому человеку, сказав, что помните, как тот возвращал вам долг.

4. Терпеливо ждать, что приятель вспомнит о долге.

*Ситуация 4.* Ваш преподаватель (начальник, наставник) при других довольно жестко вас оценивает: «Такой... работы давно не видел, так и обезьяна смогла бы». Ваше поведение.

1. Сказать, что как учили, так и сделал.

2. «Возможно, я не справился, мне нужна помощь...»

3. «Вы правы, я действительно не очень способный».

4. Сослаться на то, что лучшего качества вы ни у кого не видели.

Посчитайте, сколько вариантов ответа вы даете, подумайте, в какой ситуации уверенное поведение дастся вам тяжелее всего. Чем вы можете это объяснить

| Ключ к тесту   |          |          |          |          |
|----------------|----------|----------|----------|----------|
| Тип поведения  | Ситуация | Ситуация | Ситуация | Ситуация |
|                | 1        | 2        | 3        | 4        |
| Агрессивное    | 4        | 1        | 2        | 1        |
| Манипулятивное | 2        | 3        | 3        | 4        |
| Уход           | 1        | 2        | 4        | 3        |
| Уверенное      | 3        | 4        | 1        | 2        |

Рекомендации по проведению беседы 1. Эта беседа решает две задачи: диагностики того, насколько подросток расположен к формированию уверенного поведения, и мотивации подростка к участию в этой серии занятий. Показателем заинтересованности подростка становится стремление разобраться в том, почему какие-то варианты поведения менее эффективны, а какие-то более. Упорное отстаивание подростком эффективности агрессивного поведения свидетельствует о том, что ему будет очень тяжело участвовать в тренинге.

При обработке теста обратите внимание на то, как расходятся данные между обычным и желаемым поведением. Апробация тренинга показала, что часто и в рамках желаемого поведения подростки из закрытых учреждений не выбирают уверенное поведение. Те, кто не относится к статусным группам, выбирают агрессивное поведение в качестве желаемого. А те, кто имеет неформально низкий статус, часто выбирают уход, поскольку не всегда в реальности могут уйти из неприятной и травмирующей для них ситуации. Важно сделать акцент на том, что поведение, которое помогает безопасности и успеху в детском доме и семье, может быть разным. Предложите подростку, который и в качестве желаемых ответов выбирает тот или иной вариант неуверенного поведения, ответить на вопросы с точек зрения детского дома и семьи. Пусть

он сам почувствует разницу между тем, что приемлемо и что неприемлемо в поведении.

Рекомендации к беседам 2, 3, 4. Беседы построены по одному принципу: обсуждение причин провоцирующего поведения со стороны других, разбор разных вариантов повеления и их последствий, а затем закрепление навыка уверенного поведения на сходных ситуациях.

### *БЕСЕДА 2. ЧТО ТАКОЕ МАНИПУЛЯЦИИ*

Апробация тренинга показала, что многие подростки проявляют самый живой интерес к проблеме психологической манипуляции. По сути, их социальный опыт перенасыщен манипулированием как с их стороны, так и со стороны других людей по отношению к ним. Ниже приведено краткое описание проблемы манипуляции. Возможно, оно будет интересно и вам и подростку.

*Манипулятивное взаимодействие* состоит в использовании чувств и слабостей другого человека для получения выгоды (причем выгоды в самом широком смысле, например, даже психологической). Психологическая выгода состоит и в том, чтобы не делать усилий над собой, не работать над своим совершенствованием. Например, неуверенному в себе начальнику легче брать на себя весь объем работы, чем делегировать работу своим подчиненным, которых он регулярно обвиняет в несостоятельности.

Как можно распознать манипуляции? Одна из наиболее распространенных манипуляций — «Диктатор» — совершается в четыре шага. На первом шагу манипулятор убеждает другого человека в его исключительной работоспособности, необычайных профессиональных и личностных качествах. На втором — этому человеку поручается значительный объем работы. На третьем — после исполнения работы руководитель придирается к какой-то мелочи в провокативной, грубой форме. Когда подчиненный реагирует эмоционально и несдержанно (чего и добивается манипулятор), манипулятор завершает манипуляцию словами: «Ко всем вашим недостаткам вы еще и истеричка (хам,



невоспитанный, плебей и т.д.)!» Цель манипулятора — убедиться в несостоятельности достойных людей и тем самым подтвердить себе, что только самому себе можно доверять в полной мере.

Как предотвратить манипуляцию «Диктатора»? Подумайте, почему вы верите людям, которые говорят вам о ваших необычных качествах? Зачем вам это нужно, если на собственном опыте вы убедились, что люди не хвалят других просто так? Итак, вы можете предотвратить манипуляцию на первом шагу, сказав, что ничем не отличаетесь от других, более того, у вас масса недостатков, например... и т.д. Если вы не сумели остановить «Диктатора» на первом шагу, составляйте отчет о своей деятельности, начиная с недостатков вашей работы, таким образом, вы лишите «Диктатора» возможности упрекнуть вас в чем-либо, спрашивайте у него совета, как в следующий раз предотвратить такие ошибки. Наконец, если «Диктатор» начинает придирается к мелочам, но в основном работа выполнена вами успешно, согласитесь, что не предусмотрели всех мелочей и надеетесь на опыт вашего босса, который даст ценные указания и рекомендации. Помните, что у каждого «Диктатора» есть шанс стать напористым лидером и избавиться от своих манипулятивных привычек. Попросите подростка привести примеры поведения в духе «Диктатора» — скорее всего он сталкивался с таким поведением не один раз.

Другая распространенная манипуляция — это контроль из роли «Жертвы». Манипуляция «Жертвы» осуществляется в три шага. На первом этапе манипулятор вынуждает других давать советы и оказывать помощь. Жалостливый вид «Жертвы» располагает другого человека сразу установить короткую дистанцию в общении. На втором — помощь признается неэффективной или требуется столько помощи, сколько не может оказать другой человек. Жертва «Жертвы» инстинктивно отдаляется от манипулятора, в этот момент (3-й шаг) он выносит свой приговор: «Вы такой же, как все — наобещаете всего-всего и в кусты!» или «Что ж, я так и знал, моим проблемам нельзя помочь!» Психологическая выгода «Жертвы» велика

и многообразна: она получает помощь (за нее делают то, что делать ей не хочется), она убеждается в том, что с ее проблемами нельзя справиться, а это звучит как разрешение ничего не делать и впредь. В повседневной жизни «Жертва» всегда дает почувствовать ту цену, которая она платит за других: «Что же, веселитесь, я потерплю!», «Чтобы тебе было хорошо, я готов на все!» Вместо просьбы о реальной помощи «Жертва» либо завышает требования, либо публично отказывается от помощи, поскольку унижительно просить о том, на что имеешь право.

Предотвратить манипуляцию «Жертвы» трудно, но возможно. Уже на первом шагу манипуляции вы можете сказать «Нет» или ограничить аппетиты «Жертвы». Если вам трудно это сделать, задайте себе вопросы. Почему вы проявляете инициативу в установлении контакта с тем, кто ищет помощь? Почему вы «ловитесь» на несчастье других? Говорите «Жертве» о своих чувствах, что вы сердитесь, что вас не устраивают эти требования, что вам не по себе от обилия просьб, жалоб и т.д. Говорите ей и о том, что для решения проблемы в первую очередь требуются ее усилия, а уже потом усилия других людей. Актуализация манипулятора «Жертвы» требует осознания самим человеком того, что он пользуется другими людьми и отказ от роли «Жертвы».

Еще одна манипуляция — это так называемая «Пила». «Пила» осуществляет свою манипуляцию в два шага. Она сажает другого человека «на крючок» условной любви: «Я полюблю вас (одобрю вас, повышу в звании), если вы сделаете...». Затем тот, кем манипулируют, старается сделать все, что требует «Пила», но она не замечает его усилий, и, если человек пробует обратить на себя внимание, «Пила» отвечает: «Делайте свое дело и не требуйте благодарности!» Тема благодарности — одна из самых значимых для «Пилы». Она не прощает тех, кто не оказывает ей знаков внимания, но сама редко благодарит других (точнее, никогда). Одно из действенных средств

манипуляции «Пилы» — постоянное сомнение в искренности и преданности другого, понуждение доказывать свою искренность, преданность, трудолюбие и т.д.

Как справиться с «Пилой»? Для начала задайте себе вопросы. Что вас заставляет искать одобрения людей, которые вас используют? Можете ли вы обходиться без мнения других, насколько вы состоятельны в оценке собственной деятельности? Если вы не можете дождаться оценки своей деятельности, говорите о собственных удачах и неудачах сами, просите «Пилу» дать вам совет, поделиться опытом. Провоцируйте на оценку ваших действий, пусть даже не позитивную. Ведь потом у вас будет шанс сказать: «Как что-то плохое — так сразу отмечаете, а как что-то хорошее — так молчите! Это против всяких правил развития мотивации персонала».

Часто в паре с «Пилой» взаимодействует еще один тип манипулятора «Тряпка» (*«Загнанная домохозяйка»*). Последняя осуществляет свою манипуляцию в два шага: на первом — она берет на себя очень много обязательств, а когда перестает справляться с нагрузкой (второй шаг), «круто» выходит из игры (посредством психосоматического заболевания, нервного срыва, крупной ссоры с окружающими). Цель «Тряпки» — на время разгрузиться, чтобы затем взяться за изнашивание себя с еще большим рвением. «Тряпка» доказывает другим, что она может все и что без нее другие не обойдутся. Одной из причин формирования этой манипуляции становится неуверенность человека в собственной ценности. Люди, взаимодействующие с «Тряпкой», чувствуют свою неловкость и вину перед манипулятором, что дает ей право регулярно напоминать о собственной значимости и зависимости других от ее активности. Остановить манипуляцию можно одним способом — перестать пользоваться услугами «Тряпки», не демонстрируя своей независимости, но сведя прием помощи к минимуму. Манипуляция «Тряпки» может быть преобразована в настоящую альтруистическую заботу, если она перестанет воспринимать свою заботу о других как плату за их внимание и любовь.

Еще одним распространенным типом манипуляции становится манипуляция *«Калькулятор»*, осуществляемая в два шага. На первом этапе *«Калькулятор»* совершает провокативные действия, которые вызывают у человека яркую эмоциональную реакцию. После этого (на втором этапе) он налагает на чувства человека запрет: *«Стоит ли из такой мелочи раздувать скандал...»*, *«Я бы на вашем месте не обиделся...»*, *«Что вы так волнуетесь, волнение вредно для здоровья...»*. *«Калькулятор»* сам боится многих чувств и стремится доказать себе, что проявление эмоций — удел слабых людей, особенно он нетерпим к отрицательным эмоциям: горю, гневу, обиде. Однако может стремиться *«гасить»* и положительные чувства. Излюбленная позиция *«Калькулятора»* — *«Нужно быть рациональным»*, а отрицательная оценка обычно сводится к тому, что совершенное действие невыгодно (нерационально).

Одна из наиболее адекватных реакций — отстаивание своего права на чувства. Привыкните к мысли, что нет хороших и плохих чувств, есть адекватные и неадекватные действия и мысли. Ваши чувства — естественная реакция на события, показатель вашего отношения и состояния. *«Калькулятор»* может вовлечь вас в манипуляцию, только если вы не доверяете своим эмоциям, интуиции и опыту. Говорите себе, а если необходимо, и другим о том, что не стоит стесняться эмоций.

Один из наиболее *«коварных»* типов манипуляции — *«Хороший парень»*. Эта манипуляция осуществляется в два шага, хотя между ними может быть значительный промежуток времени. На первом этапе совершенно бескорыстно *«Хороший парень»* оказывает вам мелкие услуги, привязывает вас к себе комплиментами, восхищением вашими способностями. Когда вы привыкаете к *«Хорошему парню»*, он *«выставляет счет»*: просит об услуге (второй этап), осуществление которой будет вам довольно дорого стоить. Ваш отказ, в силу сложившихся обстоятельств, будет воспринят как стремление прервать отношения. Ваше согласие повлечет за собой довольно серьезные нагрузки,

которые, скорее всего, вынудят вас отказаться от помощи «Хорошему парню». Предотвратить его манипуляцию довольно сложно, поскольку поведение «Хорошего парня» почти ничем не отличается от дружбы. Однако задумайтесь и над тем, почему «Хороший парень» выбирает именно вас? Может быть, вы располагаете его надеяться на то, что не сумеете вовремя сказать «Нет»? Научитесь говорить «Нет», объясняя свою позицию и декларируя право на отказ.

В поведении одного человека может соединяться несколько манипуляций. Так, «Пила» легко переходит к тактике «Диктатора», а «Диктатор» к манипуляции «Жертвы». Коммуникативная грамотность участника команды состоит не только в том, чтобы распознавать и предупреждать манипуляции со стороны других людей, но и контролировать свое поведение, не допускать манипуляции со своей стороны.

Часто возникает вопрос, почему люди манипулируют? Одна из причин — *подмена конструктивных чувств неконструктивными*. Конструктивные чувства не всегда бывают положительными. Такие переживания, как гнев и горе, дают много пищи для развития души и ума. Конструктивные чувства характеризуются искренностью и спонтанностью выражения, они содействуют взрослению человека, формированию его самостоятельности. Деструктивные чувства — уход от решения задачи взросления и формирования собственной позиции.

Одно из самых сильных конструктивных чувств — любовь (сопереживание, альтруистическая привязанность к другому). Неконструктивная замена любви — чувство вины, переживание своей несостоятельности в отношении другого человека и стремление исправить «ошибки» отношения. Вместо типичных для любовных отношений терминов «хочу помочь», «стремлюсь к доверию», «взаимная поддержка» чувство вины вносит свой словарь в отношения людей: «я должен», «пусть уж лучше я», «промолчу, чтобы другим было хорошо» и т.д. Вина, которая буквально

давит на человека, вынуждает его вести себя то кающимся грешником («я тебе всю жизнь испортил»), то обвинителем («ты мне всю жизнь испортила»). Аналогично можно привести примеры замены позитивного чувства на деструктивное: гнев на ненависть, горя на утрату, страх на тревогу и т.д.

### *БЕСЕДА 3. КАК УВЕРЕННО ВЕСТИ СЕБЯ В ОРГАНИЗАЦИЯХ*

*Ситуация 1.* Имею право – иди ты... Эта ситуация встречается часто – в магазинах, общественном транспорте, самых разных учреждениях, т.е. там, где вы выступаете в роли покупателя, клиента, просителя, иными словами, потребителя каких-либо благ и прав. Тот, кто стоит за прилавком, берет ваши справки, обслуживает вас в поликлинике или учебном заведении, не должен вести себя агрессивно, манипулятивно, однако вы знаете на своем опыте, что хамство и наглость – частый вариант поведения. Как же себя вести, если с вами поступают следующим образом?

*Скептически:* Ну-ка, что тут у тебя может быть? Ты сам-то кто?

*Провокативно:* На что ты рассчитываешь, ты же еще не взрослый? Ты бы со своими двойками вообще молчал.

*Недоверчиво:* «Интересно, что у тебя были за родственники, что ты оказался в детском доме? А почему ты решил, что тебе должны помогать? Из детского дома ангелочком не выйдешь».

Конечно, при таком обидном и несправедливом отношении очень хочется показать обидчику, чего он стоит, или напугать его, или съязвить, или гордо хлопнуть дверью. Но все три варианта поведения не приведут к достижению цели: оформлению и получению документов, полноценному информированию и т.д. Ваша агрессия или ироничность только убедят этих людей в том, что вы пропащий для нормальной жизни человек.

Как же себя вести? В общественных местах самая лучшая тактика поведения «долгоиграющая пластинка»: вам «про Фому», а вы про то, что вам нужно. Чиновник говорит, что не знает, как вам помочь, а вы уверены, что по закону именно в этом ведомстве вам должны оказать помощь. Спра-

шивайте его, кто знает. Он начинает давать вам нелестные оценки, вы продолжаете настаивать на своем: «Мне нужно получить справку (направление). Где я могу это сделать? Если вы не знаете, к кому мне обратиться?» Он, возможно, действительно не знает (но не хочет признаваться), он не хочет возиться, он может не хотеть оказать вам помощь по разным причинам, хотя и обязан. Помните, что *ваша цель получить помощь*, а не самоутвердиться. Попробуйте один раз не сорваться на агрессию или грубую шутку. После этого человек и начинает чувствовать свое достоинство. Итак, вы обращаетесь в службы и ведомства.

- Заранее сформулируйте свои вопросы.

- Подумайте, каким тоном вы будете спрашивать, какое впечатление собираетесь произвести.

- Поставьте перед собой задачу – сохранить самообладание и вежливость, показать другим, что вы можете управлять своим поведением и эмоциями.

- Соберите информацию о том, что подтверждает ваше право: статьи закона, распоряжения, возможно, газетные вырезки и т.д. Будьте готовы доказывать свою точку зрения.

Ситуации для разбора

*Ситуация 1а.* Вы пришли в учебное заведение, чтобы узнать, как можно поступить, какие подготовительные курсы существуют и т.д. Человек говорит, что конкурс в заведение очень серьезный, что сюда поступают солидные люди, и смотрит на вас с недоверием. Ваше поведение?

*Ситуация 1б.* Вы приходите в Центр Социального Обслуживания за справкой для получения материальной помощи. Специалист Центра говорит, что и без таких, как вы, полно тех, кто нуждается в помощи. Вы отвечаете ему, что имеете на это право. Он заявляет, что у таких, как вы, прав нет.

В заключение попросите подростка вспомнить похожие ситуации. Они всегда могут его подстергать.

**БЕСЕДА 4. РАБОТАЕМ С КРИВЫМ ЗЕРКАЛОМ**

*Ситуация 2. Хочу жить по-другому — пятно на всю жизнь...*

Эта ситуация часто встречается как во взаимодействии с близкими людьми, так и просто со знакомыми. Состоит она в том, что когда вы не соглашаетесь с кем-то, отказываетесь от чего-то, ваше поведение зачастую объясняют тем, что вы были в детском доме. Например, кто-то из семьи предлагает вам помочь ему с домашними делами прямо сейчас, а у вас другие планы. Когда вы говорите, что сейчас заняты, вам в ответ могут сказать: «После детского дома решил побездельничать?» или «Это в детском доме тебя научили не уважать семью?» Такое поведение родственников сравнимо с кривым зеркалом, в котором недостатки отражаются в преувеличенном виде, а достоинства незаметны.

То, что вы были в детском доме, может использоваться людьми как палка-погонялка для вас. Вы можете обидеться: «От вас такого не ожидал», «Не нравлюсь вам, ну и уйду». Можете нахамить и надерзить, т.е. уйти в агрессию: «Я попал туда не по своей воле — меня так воспитали». Все эти варианты только накаляют обстановку. Давайте для начала разберемся, означает ли такое поведение ваших близких и знакомых, что они вас не любят, не хотят общаться и т.п. Конечно, нет — люди нередко напоминают другому о его слабостях (а ваше пребывание в детском доме, по мнению многих, ваша слабость), потому что не знают, как по-другому расположить вас что-то делать. Иногда люди искренне верят в то, что, напоминая вам о слабостях в такой манере, они помогают от них избавиться. Как же себя вести в такой ситуации? В первую очередь подумайте, как вы сами относитесь к тому, что вы воспитывались в детском доме. Найдите несколько слов, которые лучше всего показывают ваше отношение и переживание: вам стыдно, больно, вы и хотели бы забыть, но знаете, что не получится. Научитесь говорить об этом чувстве и отношении своим близким и друзьям. Подумайте, как сказать своим знакомым, что их напоминание не приведет к желаемому результату, но скажите это без агрессии: «Я помню, что был в



детском доме. Наверное, вам это так же неприятно вспоминать, как и мне. Тогда дайте мне шанс понять, что вы меня любите и не "тыкайте" все время в это прошлое».

Помните, что люди могут манипулировать вами из-за того, что они теряются и не знают, как себя вести. Допустите мысль, что вы можете быть не правы — или по форме, или по содержанию. Умейте признать свою ошибку так, чтобы у другого не осталось никакого желания злорадствовать по этому поводу.

#### Ситуации для разбора

*Ситуация 2а.* Один из ваших родственников начинает настаивать на том, что вам лучше учиться именно по этой специальности, хотя вы хотите продолжать образование по другому профилю. Когда вы отвечаете, что хотите заниматься другим, он говорит, что вам особенно выбирать не приходится, и многозначительно замолкает.

*Ситуация 2б.* Ваш сосед (соседка) просит помочь ему в одном деле (ремонт машины, поездка на дачу и т.д.), вы не против, но в данный момент заняты. В ответ ваш знакомый говорит, что не так много у вас друзей, чтобы ими разбрасываться.

Рекомендации тренеру. В ходе этой беседы вы столкнетесь с такой проблемой, как условная и безусловная любовь (если речь идет о семейном подростке) и манипуляции со стороны других, достаточно близких подростку людей. Поэтому важно отделить манипуляцию, любовь (привязанность), обиду. Иными словами, показать подростку, что даже любящие люди могут вести себя не всегда корректно, что не означает, что они вас не любят, но и не означает, что вы должны им уступать. Было бы хорошо использовать фильм «Форест Гамп», в котором главный герой постоянно сталкивается с ситуацией умаления его способностей, но при этом отстаивает свое право добиваться желаемого.

#### *БЕСЕДА 5. ДАВЛЕНИЕ СРЕДЫ*

*Ситуация 3.* Хочу жить правильно. Ты что, маменькин сынок?.. Часто после ухода из детского дома человек не хочет общаться с теми, кто может вовлечь его в «неправильную» жизнь. Но это не легко. Какие же приемы будут использовать ваши «бывшие» знакомые, чтобы втянуть в свой круг? В первую очередь угрозы. Конечно, одними словами и поведением от угроз вы не избавитесь, нужны и действия. И тем не менее важно показать, что вы не выходите из себя от того, что вам угрожают. Постарайтесь как можно меньше взаимодействовать: не угрожайте в ответ, не стремитесь убедить в обратном, что нужно жить по-другому, не старайтесь объяснить, что останетесь другом и т.д. Выйдите из контакта как можно быстрее. Если вас провоцируют вступить в объяснение, говорите, что вы так решили («Это мое решение») и не вдавайтесь ни в какие длительные объяснения. Ни слова, ни мимика не должны быть угрожающими или заискивающими, наоборот, будьте уверенны, немногословны и сдержанны.

Еще один прием давления на вас — постоянное напоминание о том, что вы ведете себя не как взрослый или не как настоящий мужчина (взрослая женщина): «держитесь за юбку», «ходите на задних лапках» и т.д. «Взрослое» поведение, которое вам навязывается, скорее всего, не такое уж и взрослое. Наилучшее поведение для вас в этой ситуации - мягкий уход, без объяснений. «Я считаю, что так будет для меня лучше». Если кто-то спрашивает вас, не считаете ли вы, что они живут не так, не вдавайтесь в оценки, каждый выбирает свой путь и сам за него потом отвечает. Просто скажите, что вы можете судить только о себе.

#### *Ситуации для разбора*

*Ситуация 3а.* В компании знакомых вам предлагают выпить, хотя вы знаете, что вам или не стоит пить вовсе, или не стоит пить больше того, что вы выпили. Вы вежливо отказываетесь, а вам говорят: «Расслабься, мамы рядом нет».

*Ситуация 36.* Вам предлагают нелегальную работу и хотя не сообщают, что дело «пахнет» криминалом, вы это чувствуете. Когда вы осторожно отказываетесь, вам говорят: «Думаешь прожить на честные деньги, подачки от начальства, хочешь за ними ходить?..»

## ЗАВЕРШЕНИЕ ТРЕНИНГА

Любое финальное занятие — это подведение итогов и планирование самостоятельной работы. Вы только приблизились к уверенному поведению, т.е. такому, которое позволяет поддерживать добрые отношения с окружающими и не нарушать своих интересов. Уверенное поведение не получается выработать раз и навсегда. В каждой новой ситуации человек сталкивается с необходимостью выработки своего поведения, отстаивания своих интересов. Не всегда это можно сделать быстро, не всегда это можно сделать во всех ситуациях. Помните, что человек имеет право на ошибку, но обязан за нее отвечать. И легко умом понимать, что значит вести себя уверенно, тогда как на практике сдержаться и дать другому право на ошибку очень сложно.

## Литература

1. *Алексеева И.А., Новосельский И.Г.* Жестокое обращение с ребенком: Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2005.
2. *Анн Л. Ф.* Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2005.
3. *Берковиц Л.* Агрессия: причины, последствия и контроль. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001.
4. *Гиндин Г. И., Духова О. Б.* Социально-психологическая помощь детям-жертвам сексуального насилия в семье. Вологда, 1997.
5. *Григович И.Н.* Синдром жестокого обращения с ребенком. Общие вопросы и физическое насилие: Учебное пособие для студентов и врачей. — Петрозаводск: ПетрГУ, 2001.

6. Детская и подростковая психотерапия / Под ред. Д. Лейна, Э. Миллера. — СПб.: Питер, 2001.
7. Дмитриева Т.Б. Профилактика дезадаптации детей-сирот с резидуальной церебрально-органической недостаточностью. — М.: ГНЦ социальной и судебной психиатрии им. В.П. Сербского, 1998.
8. Защита детей от насилия и жестокого обращения: Рабочая книга / Под ред. Е.Н. Волковой, Т.Н. Балашовой. — Н.Новгород: Изд-во ООО «Папирус», 2004.
9. Зиновьева Н. О., Михайлова Н. Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребёнок в кризисной ситуации. - СПб.: Речь, 2003.
10. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. – СПб.: Речь, 2007.
11. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. — М. : Эксмо, 2008.
12. Методика и технологии работы социального педагога / Б.Н.Алмазов, М.А.Беляева, Н.Н.Бессонова и др.; Под ред. М.А.Галагузовой, Л.В.Мардахаева.-М.: «Академия», 2002.
13. Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире / Под ред. Этьенна Г. Круга и др. — М.: Весь Мир, 2003.
14. Сафонова Т.Я, Цимбал Е.И. Жестокое обращение с детьми. – М., 1993.
15. Фурманов И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция. - СПб.: Речь, 2007.
16. Фурманов И.А. Насилие над детьми: сходство и различия психологических последствий// Теоретические и прикладные аспекты кризисной психологии. Мн.,2001.
17. Черепанова Е. М. Психологический стресс: помощи себе и ребенку. М.: Академия, 1996.

18. *Шакурова М.В.* Методика и технология работы социального педагога.- М.: Издательский центр «Академия», 2002.

19. *Шмидт В.Р.* Психологическая помощь родителям: тренинговые программы – М., 2007.

20. Школьные службы примирения. Методы, исследования , процедуры. Сборник материалов. Составитель и отв. редактор Н.Л.Ханашвили. М.: Фонд «Новая Евразия», 2012.

21. *Шостакович Б.В., Ушакова И.М., Потапов С.А.* Половые преступления против детей и подростков: Психиатрический аспект. - Ростов н/Д.: Феникс, 1993.