



Программа

профилактики

девиантного поведения

подростков

в образовательных

учреждениях

Большечерниговского

района.

Программу подготовил:
социальный педагог
ГБУ ЦППМСП
м.р. Большечерниговский Т. В. Сиянко

Б-Черниговка – 2020 г.

Аннотация

Одна из наиболее актуальных проблем работы с подростками в настоящее время – это работа с подростками девиантного поведения. Довольно сложно дать исчерпывающую характеристику поступкам, которые не соответствуют привычным поведенческим требованиям. Наиболее употребительным является термин «девиантное поведение», однако не существует ни четко установленного определения абсолютной поведенческой нормы, ни абсолютного понимания девиации. Множественность социумов и систем социальных ценностей (а также норм, правил поведения) порождает великое множество представлений о том, что именно является девиацией, то есть отклонением от социальной нормы.

Девиантное поведение – это поведение, отклоняющееся от установленных норм и стандартов поведения, принятых в данном обществе. Его можно определить как отдельные поступки, входящие в противоречие с принятыми в обществе юридическими, моральными и социальными нормами.

Девиантное поведение, понимаемое как отклонение от социальных норм, приобрело в последнее время массовый характер, что поставило это явление в центр внимания социологов, педагогов, психологов, медиков, работников правоохранительных органов.

Тенденция к отклонению от общепринятых правил поведения имеет давнюю историю, она появилась одновременно с зарождением человечества. Уже тогда общество ставило на её пути некие преграды, которые удерживали людей от поступков, противоречащих представлениям людей о правилах поведения. На первых порах такими ограничениями стали мифы и запреты – табу. В дальнейшем, понятия о дозволенном и недозволенном изменялись, складывались другие правила. Длительное время определённые правила устанавливала религия. Постепенно, по мере развития человеческого

общества, стали формироваться и более устойчивые правовые, морально-нравственные позиции людей по отношению к девиантному поведению.

Думаю, многие согласятся, что проводить профилактику намного проще, чем впоследствии пытаться что-то изменить. Но, к сожалению, в нашем обществе до сих пор не предпринимается достаточно мер для профилактики девиантного поведения молодёжи. Поэтому необходимо принципиально ответственно отнестись к организации профилактической работы с социально дезадаптированными подростками.

Любые сложности подросткового возраста в той или иной степени закладываются до этого периода и во время его - актуализируются, создаются трудности в процессе обучения, в процессе общения с учителями (частые конфликты), с одноклассниками (нет взаимопонимания, выполняют роль «отрицательного героя», «изгоя»). Грубость, лень, нечестность, сквернословие, неуважение к старшим, воровство, хулиганство, бродяжничество, курение, употребление спиртных напитков – все это проявляется в комплексе у так называемых трудных подростков, которые впоследствии становятся асоциальными. Проявляется асоциальное поведение в широких пределах – от легких, незначительных нарушений правил поведения до противоправных действий. Данные обстоятельства – (недоброжелательное окружение в школе и дома, недостаток способностей) вызывают сначала нежелание учиться, это приводит к неорганизованности, нарушениям дисциплины. На фоне нравственной инфантильности легко образуются такие асоциальные «наросты» - грубость, агрессия, озлобленность, пропуски уроков, хулиганство. Вследствие этого подросток стремится избавиться от психологического дискомфорта, стремится к самореализации, к повышению своего группового статуса, к изменению роли в группе. Проявляя себя в аморальном, противоправном криминальном поведении, учащиеся добиваются своей цели, стремятся добиться признания со стороны взрослых. Из этого перечня проявлений асоциального поведения видим, что из безобидных поначалу нарушений могут впоследствии

формироваться сильные и устойчивые формы правонарушений. Для предотвращения асоциального поведения была разработана профилактическая программа профилактики девиантного поведения подростков, направленная на осознание важности приобретения ими социальных навыков, на актуализацию процесса социального самоопределения.

Адресат: учащиеся 5-9-х классов.

Срок реализации программы: программа по профилактике правонарушений у подростков рассчитана на 12 часов, в течение 2017 года. В случае положительного успеха предусматривается его расширение.

Ожидаемые результаты:

1. Уменьшение факторов риска, приводящих к безнадзорности, правонарушениям, злоупотреблению вредными привычками.
2. Формирование у подростков нравственных качеств, представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни.
3. Обучение навыкам социально поддерживающего, развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях с подростками.
4. Удовлетворение разнообразных дополнительных запросов детей во внеурочное время.

Алгоритм реализации программы:

❖ Первый этап – организационный – анализ состояния работы по профилактике правонарушений, непосредственное планирование, согласование планов.

❖ Второй этап – диагностический – проведение диагностики с учащимися группы риска, изучение потребностей и запросов «трудных» подростков, изучение уровня нравственной воспитанности, нравственной мотивации учащихся 6-9 классов

❖ Третий этап – деятельностный –

координация действий, осуществление запланированных мероприятий, разработка системы контроля за их реализацией

❖ Четвертый этап – итоговый – анализ

и подведение итогов работы, планирование на следующий год с учетом рекомендаций, выработанных в результате анализа.

Степень реализации программы:

Программа находится на стадии реализации. Для реализации программы были охвачены учащиеся 5-9-х классов, в том числе учащиеся, находящиеся в трудной жизненной ситуации, учащиеся, состоящие на внутришкольном учете, на учете в инспекции по делам несовершеннолетних, в КДН.

Для реализации программы был разработан план работы, определены направления работы и виды деятельности. Затем, в течение сентября и октября проводилась диагностическая работа. Путем тестирования и анкетирования выявлены отклонения в поведении детей, уровень нравственной самооценки, уровень нравственной мотивации учащихся, была изучена познавательная деятельность, занятия учащихся во внеурочное время, установки родителей по отношению к своим детям и к вопросам воспитания в целом. На основе всего выявленного была запланирована информационно-просветительская, коррекционно - профилактическая работа, как с родителями, так и с детьми параллельно, была продумана работа с учителями. Эта работа проводится и в школе, и при посещении на дому. Проводилось обследование условий проживания и воспитания несовершеннолетних. Ведется комплексная коррекционно-профилактическая работа: беседы, диспут, деловая игра, игры, вечера с участием учащихся и их родителей, а также тренинги. Программа только реализуется, поэтому много всего неясного, нерешенного, но мы стараемся воплотить в жизнь поставленные перед нами задачи, набираемся опыта в ходе ежедневной кропотливой работы. Мы ведем активную работу по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек,

практикуем совместные мероприятия со специалистами инспекции по делам несовершеннолетних, планируем организовать посещение исправительных учреждений, также большая работа намечена классными руководителями, социальным педагогом. Все недочеты и трудности будем учитывать, корректировать планирование работы.

Пояснительная записка.

Актуальность проблемы: Работа по профилактике правонарушений предполагает целый комплекс социально-профилактических мер, которые направлены как на оздоровление условий семейного, школьного воспитания, так и на индивидуальную психолого-педагогическую коррекцию личности «трудного» подростка, также мер по восстановлению его социального статуса в коллективе сверстников.

Но решать эти задачи в одиночку невозможно. Необходимо объединить усилия учителей, социального педагога, психолога, родителей работников правоохранительных органов. Немаловажную роль в воспитании, организации занятости, профилактике правонарушений среди несовершеннолетних занимает дополнительное образование.

В ОУ Большечерниговского района более 50 семей считаются неблагополучными. Главной причиной неблагополучия семей является бытовое пьянство родителей, которое тянет за собой длинную цепочку асоциальных явлений.

Для решения данной проблемы была составлена программа профилактики правонарушений, рассчитанная на учащихся 8-9 классов.

Эта программа является практическим инструментом формирования социально-психологической компетентности – это способность человека эффективно действовать в повседневной жизни, соответствовать ее требованиям и изменениям. Это способность сохранять хороший уровень умственной деятельности и быть адекватным при взаимодействии с другими людьми в различных ситуациях.

Психосоциальная компетентность играет важную роль в охране здоровья в самом широком смысле слова – это основа физического, умственного, социального благополучия.

Следовательно, развитие психосоциальной компетентности может считаться одной из важнейших педагогических задач.

Подросткам предоставляется возможность «здесь и теперь» попытаться преодолеть актуальные для них жизненные проблемы, а также освоить эффективные способы их разрешения в будущем. Данная программа направлена на формирование активной социальной позиции подростков и развитие их способности производить значимые изменения в своей жизни и жизни окружающих людей; повышение общего уровня психологической культуры.

Цель программы.

Предоставление подросткам возможности осознать важность приобретения ими социальных навыков; расширение ролевого репертуара детей, обеспечивающего улучшение коммуникации и способствующего безопасности процесса социального экспериментирования, свойственного подростковому возрасту; актуализация процесса социального самоопределения; создание условий формирования позитивного самоотношения.

Задачи программы.

- Индивидуальная помощь в ликвидации конфликтных и критических ситуаций в социальном взаимодействии личности, ценностном становлении ее жизненных отношений.
- Групповая поддержка самого человека и его ближайшей микросреды (семьи, школы, общины) в физическом, психическом и социальном становлении индивидуально-творческих начал личности.
- Организация разносторонней социально приемлемой групповой и досуговой деятельности (физической, познавательной, коммуникативной, рефлексивной, практической, индивидуально-творческой).
- Обеспечение готовности юного человека к ответственной самоорганизации, нравственному самостроительству собственной жизни и собственной личности через организацию социального опыта

самостоятельной деятельности и самодеятельного общения в контактной группе.

- Реадаптация человека в изменившемся социуме посредством усиления степени его самостоятельности и самоконтроля ситуации.

Данная программа составлена в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами:

- ◆ Федеральный закон РФ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24 июня 1999г. № 120-ФЗ
- ◆ Закон Ярославской области «Об организации деятельности комиссий по делам несовершеннолетних и защиты их прав в Ярославской области»
- ◆ Федеральная целевая программа по профилактике наркомании.
- ◆ Федеральный закон РФ «Об образовании» 10.07.92 №3266 – 1.
- ◆ Кодекс РФ №Об административных правонарушениях»
- ◆ Инструкция по организации работы подразделений по делам несовершеннолетних органов внутренних дел (утверждена МВД России от 26.05.00 №569)
- ◆ Положение о Совете по профилактике правонарушений МОУ СОШ №3.

Одним из приоритетных направлений деятельности по работе с «трудными» подростками должно являться создание единого воспитательного пространства. Взаимосотрудничество с родителями и с другими профилактическими организациями позволяют совместно выбирать для каждого подростка индивидуальный подход, изучать его интересы, поддерживать, помогать преодолевать те проблемы, которые ему мешают. Организация досуга школьников, приобщение к полезной деятельности, развитие коммуникативной культуры, повышение уровня самосознания, коррекционная работа с подростками и семьей - важные и лучшее средства профилактики и предупреждения правонарушений.

Формы и методы работы

- Групповая работа;
- Дискуссии;
- Мозговые штурмы;
- Беседы, встречи;
- Лекции;
- Ролевые игры;
- Просмотр и обсуждение фильмов;
- Индивидуальные консультации;

Принципы, лежащие в основе программы:

- Этичное отношение к личности;
- Эмпатическое понимание мира подростка;
- Конструктивное общение;
- Интерес к личному опыту подростка и его актуализация;
- Диалогичность;
- Добровольность

Структура программы:

Программа состоит из трех блоков:

1. Профилактика зависимых состояний.
2. Профилактика сексуальных девиаций (ранние беспорядочные половые связи, предупреждение ранней беременности, болезней, передающихся половым путем).
3. Формирование образа «Я» и позитивного самоотношения.

Этапы работы

Занятия по программе проводятся 1 или 2 раза в неделю. При режиме работы 2 раза в неделю продолжительность программы 8 недель; при однократных встречах — 16 недель.

1-й этап. Исходное тестирование участников группы с целью выявления особенностей эмоционально-личностной сферы и типичных способов

взаимодействия.

2-й этап. Непосредственная работа над темами программы.

3-й этап. Проведение итогового тестирования. Получение обратной связи от подростков по результатам тренинга.

4-й этап. Обработка результатов тренинга, проведение «круглого стола» с преподавателями для анализа и подведения итогов работы.

5-й этап. Встреча с родителями (по их желанию).

«УТВЕРЖДЕНО»

директор

ГБУЦПМСП м.р. Большечерниговский

Самарской области

О.В. Азякова

2020 г



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

«профилактики девиантного поведения подростков»

Цель: Предоставление подросткам возможности осознать важность приобретения ими социальных навыков; расширение ролевого репертуара детей, обеспечивающего улучшение коммуникации и способствующего безопасности процесса социального экспериментирования, свойственного подростковому возрасту; актуализация процесса социального самоопределения; создание условий формирования позитивного самоотношения.

Категория обучающихся: подростки 5-9х классов.

Срок обучения: 12 часов

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Название разделов и занятий	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			лекц.	прак.	
1.	Вступительное	1	0,5	0,5	Анкетирование
2.	Употребление психоактивных веществ: мифы и реальность.	1	0,5	0,5	
3.	Реклама	1	0,5	0,5	
4.	Я и мое тело	1	0,5	0,5	
5.	Принятие решений	1	0,5	0,5	
6.	Я и мои социальные роли	1	0,5	0,5	
7.	Самооценка	1	0,5	0,5	
8.	Неагрессивное наставление на своем	1	0,5	0,5	
9.	Взаимоотношение полов	1	0,5	0,5	
10.	Модели сексуального поведения	1	0,5	0,5	
11.	Конфликт	1	0,5	0,5	
12.	Заключительное	1	0,5	0,5	
Итого:		12	6	6	



УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

«профилактики девиантного поведения подростков»

Цель: Предоставление подросткам возможности осознать важность приобретения ими социальных навыков; расширение ролевого репертуара детей, обеспечивающего улучшение коммуникации и способствующего безопасности процесса социального экспериментирования, свойственного подростковому возрасту; актуализация процесса социального самоопределения; создание условий формирования позитивного самоотношения.

Категория обучающихся: подростки 5-9х классов.

Срок обучения: 12 часов

Режим занятий: 1 час в неделю

№ п/п	Название разделов и занятий	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			лекц.	прак.	
1.	Вступительное	1	0,5	0,5	анкетирование
2.	Употребление психоактивных веществ: мифы и реальность.	1	0,5	0,5	
3.	Реклама	1	0,5	0,5	
4.	Я и мое тело.	1	0,5	0,5	
5.	Принятие решений	1	0,5	0,5	
6.	Я и мои социальные роли	1	0,5	0,5	
7.	Самооценка	1	0,5	0,5	
8.	Неагрессивное настаивание на своем	1	0,5	0,5	
9.	Взаимоотношение полов.	1	0,5	0,5	
10.	Модели сексуального поведения	1	0,5	0,5	
11.	Конфликт	1	0,5	0,5	
12.	Заключительное	1	0,5	0,5	
Итого:		12	6	6	

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор
ГБУ - центра
психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи,
муниципального района
Большечерниговский
Самарской области

_____ Т.В. Шубина
«__» _____ 2017 г

Учебная программа профилактики девиантного поведения подростков

Тема 1. ВСТУПИТЕЛЬНОЕ.

Выработка групповых норм, включение детей в работу, знакомство и определение дальнейших направлений движения.

Тема 2. УПОТРЕБЛЕНИЕ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ: МИФЫ РЕАЛЬНОСТЬ.

Предоставить подросткам необходимую информацию для преодоления общепринятых мифов и неправильного понимания значения психоактивных веществ (алкоголя, табака, марихуаны).

Тема 3. РЕКЛАМА

Повысить осознание подростками приемов, которые используются рекламой для манипулирования поведением покупателей, и научить их сопротивляться этим приемам.

Тема 4. Я И МОЕ ТЕЛО

Расширение опыта взаимодействия с телесным образом «Я».

Тело как ценность; формирование бережного и позитивного отношения к собственному телу.

Тема 5. ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ

Исследовать процесс принятия решения группой.

Тема 6. Я И МОИ СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ

Показать спектр ролей личности; дифференцировать свое «Я» и роли, роли и маски.

Формирование навыков преодоления эгоцентризма; определение дистанции и статусных отношений в конфликтных межличностных ситуациях.

Тема 7. САМООЦЕНКА

Поддержание позитивной самооценки.

Моделирование своего образа «Я» в будущем;
дать подростку возможность осознать свои силы;
построить модель из неструктурированного материала образа «Я» в будущем.

Тема 8. НЕАГРЕССИВНОЕ НАСТАИВАНИЕ НА СВОЕМ

Научить подростков неагрессивно настаивать на своем.

Тема 9. ВЗАИМООТНОШЕНИЕ ПОЛОВ

Научить подростков социальным навыкам, необходимым для взаимоотношений со сверстниками, умению познакомиться с понравившимся человеком

Тема 10. МОДЕЛИ СЕКСУАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Обсуждение причин, моделей и последствий сексуального поведения;
формирование адекватного отношения подростков к вопросам гигиены сексуального поведения.

Тема 11. КОНФЛИКТ

Развитие навыков общения в конфликтных интимно-личностных ситуациях.

Тема 12. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ

Подведение итогов групповой работы.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ЗАНЯТИЕ 1. ВСТУПИТЕЛЬНОЕ

Цель: выработка групповых норм, включение детей в работу, знакомство и определение

дальнейших направлений движения

Задачи:

- * информировать участников группы о содержании работы, задачах, групповых нормах;
- * обозначить продолжительность занятий;
- * установить принципы работы в группе;
- * сформировать спокойную, доброжелательную обстановку;
- * формировать у членов группы установку на взаимопонимание;
- * формировать первые впечатления друг о друге.

Время: 1 час 45 минут.

Место занятия: тренинговый класс.

Процедура проведения

Ведущий. *На наших встречах мы будем говорить о специфических проблемах, о вас самих, о ваших отношениях с другими людьми, о тех целях, которые вы перед собой ставите. Вы узнаете свои сильные и слабые стороны, научитесь лучше понимать себя и разберетесь, почему вы поступаете так, а не иначе и что вы можете сделать, чтобы стать лучше. Вы научитесь думать позитивно и поймете, что наша жизнь зависит от того, как мы ее воспринимаем. Вместе мы сможем ответить на эти и другие сложные вопросы, освоить эффективные средства общения.*

1. Принципы работы в группе

По каждому из принципов подростки выражают свое мнение и выносят решение — принять его или отвергнуть.

1. Искренность в общении

В группе не стоит лицемерить и лгать. Группа — это место, где можно рассказать о том, что действительно волнует, обсуждать такие проблемы, которые до момента участия в группе по каким-либо причинам не обсуждались. Если вы не готовы быть искренними в обсуждении какого-то вопроса, лучше промолчать.

2. Обязательное участие в работе группы в течение всего времени

Этот принцип вводится в связи с тем, что ваше мнение очень значимо для других членов группы. Ваше отсутствие может привести к нарушению внутригрупповых отношений, к тому, что у других не будет возможности услышать вашу точку зрения по обсуждаемому вопросу.

3. Право каждого члена группы сказать «стоп»

Можно прекратить обсуждение, если понимаете, что упражнение может затронуть болезненные темы, которые повлекут за собой тяжелые переживания. Участник имеет право не принимать участия в обсуждении.

4. Каждый участник говорит за себя, от своего имени и не говорит за другого.

5. Не критиковать и признавать право каждого на высказывание своего мнения, уважать мнение другого.

Нас достаточно критикуют и оценивают в жизни. Давайте в группе учиться понимать другого, чувствовать, что человек хотел сказать, какой смысл вложил в высказывание.

6. Высказываться деликатно, аккуратно.

7. Не выносить за пределы группы все то, что происходит на занятиях.

8. Внимательно выслушивать мнения других, не перебивать. Принципы вводятся ведущим.

9. Ввести знак-регулятор, например поднятая рука, при котором все внимание обращается на ведущего.

10. Ввести лимит времени, который будет ограничивать и задавать рамки каждого занятия.

11. Попросить детей предложить дополнительные принципы, если они сочтут это необходимым.

II. Представление

Предложить каждому члену группы представиться. Представление ведется по кругу. Участники имеют право задавать любые вопросы.

III. Взаимное интервью

Участники разбиваются на пары и в течение 10—15 минут проводят взаимное интервью. По окончании каждый представляет своего интервьюируемого.

В этой процедуре более высок обучающий эффект, так как есть хорошая возможность анализировать, на что обратил внимание интервьюер, удалось ли ему достоверно представить психологический портрет своего партнера, какие вопросы задавали друг другу пары. Участник также задает любые вопросы.

IV. Выводы

Это занятие способствует формированию первых впечатлений друг о друге. Устанавливается взаимопонимание и общий настрой на дальнейшее сотрудничество.

ЗАНЯТИЕ 2. УПОТРЕБЛЕНИЕ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ: МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ.

КУРЕНИЕ: МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Цель: предоставить подросткам необходимую информацию для преодоления общепринятых мифов и неправильного понимания значения психоактивных веществ (алкоголя, табака, марихуаны).

Задачи:

- * обсуждение причин употребления психоактивных веществ;
 - * обсуждение мифов и реальности воздействия психоактивных веществ на организм;
 - * установить долговременный и кратковременный эффект влияния психоактивных веществ на организм;
 - * описать процесс превращения человека в зависимого от алкоголя, табака, марихуаны. *Время:* 1 час 45 минут.
- Материалы:* большой лист бумаги. Задание на следующее занятие: попросить детей принести рекламу алкоголя и сигарет, вырезанную из журналов и газет.

Процедура проведения

Ведущий. На этом занятии вы получите фактическую информацию о курении, узнаете, сколько людей курит, каковы причины курения, каковы не-медленные и кратковременные последствия курения и в чем состоит процесс превращения в курильщика. Будут также затронуты проблемы социальной приемлемости курения.

I. Исследование проблемы

Подростки обычно переоценивают количество курящих людей. Подчеркнуть факт, что курильщики находятся в меньшинстве, задав детям следующие вопросы:

1. Какой процент подростков курит? (Курение в этом случае определяется как одна сигарета в неделю.)
 - Подсчитать (больше половины, меньше половины и т.п.);
 - проголосовать по каждой из оценок;
 - назвать реальные цифры (11,4 %).
2. Какой процент взрослых курит?
 - Подсчитать;
 - проголосовать;
 - назвать реальные цифры (30,8%).

Ведущий. Курят гораздо меньше людей, чем мы думаем. В действительности курильщики составляют меньшинство. Большинство взрослых и подростков не курят. С 1975 по 1985 год количество старших подростков, которые курили, снизилось с 29 до 18,7%. 33,3% взрослых мужчин и 54% взрослых женщин никогда не курили.

II. Мозговой штурм

Обсудить причины курения/некурения подростков. Разделить лист бумаги на две части. Озаглавить одну половину «Причины курить», а другую «Причины не курить». Попросить детей перечислить причины того и другого. Каждое мнение выписывается отдельно и не изменяется. Добавить к спискам те причины, о которых дети не подумали.

Причины не курить: мне не нравится курить; курение вредно для здоровья; я не хочу иметь вредные привычки; это неприятно выглядит; это слишком дорого; это вызов другим — показать, что я не курю; никто из моих друзей не курит; это повредит моим спортивным достижениям; мои родители не одобряют курение.

Причины курить: мне нравится курить; курение снимает раздражение, расслабляет меня; это привычка; все вокруг меня -курят; курение помогает выглядеть и чувствовать себя старше; курение стимулирует меня, повышает тонус; курение дает мне шанс занять чем-то руки; это поможет мне сбавить вес; курение позволяет

мне отвлечься, когда я скучаю или в плохом настроении; курение позволяет мне чувствовать себя независимым.

Информация о курении (в помощь ведущему)

1. Научными исследованиями показано, что курение сигарет является первичным фактором риска для нескольких тяжелых хронических заболеваний, включая рак легких, коронарную недостаточность сердца, эмфизему и бронхит.

2. Девяносто процентов рака легких наблюдается у людей, которые курят.

3. Исследования показали, что каждая выкуренная человеком сигарета, уносит 6 минут его/ее жизни.

4. Сигареты опасны, потому что содержат или выделяют при горении ядовитые вещества — смолы, никотин, угарный газ.

5. Угарный газ является ядовитым веществом, которое снижает способность крови насыщать клетки организма необходимым количеством кислорода.

6. Большинство существующих способов лечения от курения эффективны лишь приблизительно в 50% случаев. В течение 6 месяцев после окончания лечения приблизительно половина лечившихся начинает снова курить.

7. Некоторые специалисты считают, что курение табака может привести к употреблению других наркотиков.

***Ведущий.** Рассмотрим некоторые причины того, почему люди курят (чтобы расслабиться, выглядеть старше, стать более популярными, лучше концентрироваться). Вы действительно думаете, что сигареты все это могут?*

На самом деле сигареты — не магическое, средство и не могут сделать все то, что им приписывается.

III. Беседа о долговременных последствиях курения

Спросить, в чем состоят некоторые долговременные, опасные для здоровья, последствия курения. Обсудить риск для курильщика заболеть и умереть от рака, сердечно-сосудистых заболеваний.

***Ведущий.** Курение является главным фактором риска нескольких видов рака, заболеваний сердца и хронических заболеваний органов дыхания.*

Указанные три группы болезней вместе составляют причины 58% смертей в США ежегодно.

Пусть дети обсудят эффект, который курение оказывает на организм немедленно.

Попросить детей ответить на вопросы:

1. Как курит тот, кто только начал? В группе или один?
2. Отличается ли это от того, как курят давно курящие?
3. Думаешь ли ты, что взрослым курильщикам трудно бросить? Почему?

Могут ли люди

на самом деле зависеть от сигарет?

Ведущий. Большинство курильщиков проходят через одни и те же стадии: пробуют курить, курят от случая к случаю, становятся заядлыми курильщиками.

Люди, курящие много (30 и более сигарет в день), обычно с огромным трудом отказываются от этой привычки, потому что становятся психологически и физиологически зависимыми.

Курение становится сейчас все более неприемлемым социально, все больше и больше взрослых людей бросают курить. За последние 20 лет число курящих снизилось на 12%. Сегодня главная проблема — это возрастание количества девочек-подростков, которые курят. За 10 лет их количество возросло на 7%.

IV. Главные выводы занятия

Подростки переоценивают количество курящих людей. Некурящих большинство.

Сигареты не являются магическим средством и не имеют всех тех эффектов, которые им приписываются.

Существует множество немедленных и отсроченных влияний курения на организм.

Курильщики проходят через ряд стадий при формировании вредной привычки.

Курение постепенно становится все менее и менее социально приемлемым.

Дым от сигарет потенциально опасен для некурящих.

ЗАНЯТИЕ 3. РЕКЛАМА

Цель: повысить осознание подростками приемов, которые используются рекламой для манипулирования поведением покупателей, и научить их сопротивляться этим приемам.

Задачи:

- * дать краткую информацию о целях рекламы;
- * обсудить основные рекламные приемы;
- * обыграть и проанализировать рекламу сигарет или алкоголя;
- * обсудить альтернативные способы реагирования на рекламу.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: вырезки из газет и журналов — реклама табака и алкоголя;

большой лист бумаги, карандаши, фломастеры.

Процедура проведения

Ведущий. Реклама является сильным средством влияния на человека, множество наших ежедневных решений незаметно регулируется рекламой. Узнав больше о рекламе и приемах, которые она использует для того, чтобы покупались определенные продукты или осуществлялось определенное поведение, мы станем менее внушаемы и не будем, даже под влиянием рекламы, делать то, чего без влияния рекламы не сделали бы.

1. Обсуждение целей рекламы

Попросить подростков коротко обсудить цель рекламы.

Вопросы:

1. Почему фирмы рекламируют, себя и свою продукцию? Мозговой штурм. Все мнения выписываются на лист бумаги.

2. Думают ли они, что их реклама правдива? Проголосовать.

Ведущий. Цель рекламы — продать товар. Она не только сообщает факты, но и преувеличивает, дает неверную информацию, чтобы продукция покупалась.

II. Описание наиболее распространенных рекламных приемов

Попросить подростков рассказать о рекламе, которая им больше всего запомнилась, и о том впечатлении, которая она на них произвела. Определить, какой прием эта реклама использует. Все мнения выписываются на лист бумаги.

Приемы рекламы: известность; внешняя привлекательность, красота; «пофигизм»; «романтика»; сексуальность; юмор, комический эффект; благосостояние; направленность на простого человека; «шик»; необычность; использование контрастов; индивидуальность, стиль; эмансипация; направленность на здоровый образ жизни; поднятие самооценки.

Примеры общеизвестных рекламных призывов сигарет:

Marlboro — романтика, удовольствие, популярность, жизнелюбие, чистота и здоровье;

Winston — маскулинность, для активных людей, живущих в деревне, здоровье;

Salem — сексуальный призыв, успех, привлекательность, удовольствие, наслаждение.

Примеры приемов рекламы алкоголя:

популярность (алкоголь сделает вас более популярным);

романтика (алкоголь важен для того, чтобы понравиться противоположному полу);

зрелость (употребление алкоголя означает, что вы взрослый);

молодость (алкоголь означает, что вы молоды и активны);

ум (потребление алкоголя — часть современной, интеллектуальной, красивой жизни);

удовольствие (алкоголь приятен на вкус, является необходимым компонентом веселья);
расслабление (алкоголь снимает напряжение и расслабляет).

III. Анализ рекламных приемов

Каждый участник выбирает себе рекламные вырезки. Дается задание: за 5 минут проанализировать приемы конкретной рекламы и затем рассказать о них. По возможности должен высказаться каждый участник. Желаящие могут дополнить анализ.

IV. Разыгрывание рекламного сюжета

Разделившись на группы (по 5 чел.), участники придумывают сюжет ролика с рекламой сигарет или алкоголя и разыгрывают его.

После просмотра каждого ролика обсудить различные пути интерпретации рекламы алкоголя и сигарет.

Примеры вопросов: «Что остается за кадром? Для кого реклама предназначена?»

***Ведущий.** Те, кто рекламирует сигареты, алкоголь и другие продукты, стараются манипулировать людьми с целью побудить их купить все это. Они создают иллюзию того, что сигареты или алкоголь сделают жизнь более приятной и улучшат ее.*

V. Обобщение

главных моментов занятия

- Цель рекламы — продажа продукции.
- В большинстве случаев реклама не просто сообщает информацию, но также преувеличивает свойства продукции для того, чтобы побудить людей ее купить.
- Телевидение, радио, газеты, журналы — наиболее распространенные каналы рекламы.
- Реклама часто обманчива и уводит потребителя в сторону, фокусируясь на чем-то, не имеющем прямого отношения к рекламируемому товару.
- Мы не замечаем, как реклама манипулирует нами.
- Существуют альтернативные способы реагирования на рекламу сигарет или алкоголя. Для этого следует помнить, что реклама пытается манипулировать людьми, создавая впечатление, что курение и употребление алкоголя как-то улучшает их жизнь.

ЗАНЯТИЕ 4. Я И МОЕ ТЕЛО

Цель: расширение опыта взаимодействия с телесным образом «Я».

Задачи:

- * описать варианты изменения телесного облика;
- * моделирование ситуации изменения образа тела;
- * актуализация выбора индивидуального решения.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: краски, кисточки, большой лист бумаги, фломастеры.

Процедура проведения

Ведущий. Сегодня вы будете заниматься некоторыми приемами изменения своего тела. Многие люди чувствуют неудовлетворенность своим телом в различных жизненных ситуациях. Для этого они прибегают к различным изменениям своего тела.

I. Мозговой штурм

Подросткам предлагается ответить на вопросы:

1. Что мы делаем со своим телом?
2. Для чего?

Лист бумаги делится на две части, куда вписываются предложенные варианты и мнения детей, а также их положительные и отрицательные стороны. Добавить к причинам те, которые подростки не указали.

Отрицательные стороны: вредно для здоровья; невозможность впоследствии полностью избавиться; «забивает» индивидуальность, становишься рабом отдельного круга людей, моды, рекламы; может не понравиться другу/подруге и послужить причиной конфликта; навязывание стереотипа поведения, иногда губительного для личности.

Положительные стороны: подчеркивает индивидуальность; появляется чувство гордости за то, что ты не такой, как все; меняется настроение и поведение в целом, например был замкнутым, «забитым», стал крутым и сильным; красота и привлечение внимания.

Что мы делаем со своим телом	Для чего
1. Макияж	- кому-нибудь понравиться - приятно выглядеть — для себя и окружающих - повысить уверенность в себе - по привычке - скрыть недостатки - подчеркнуть индивидуальность
2. Татуировка	- красиво и модно - в подражание другим - стереотипы - чтобы выразить внутренний мир - показать индивидуальность - это «круто», показать свою силу, авторитет (у зеков), - необычность, стиль - чтобы шокировать окружающих

3. Пирсинг	- вызывает чувство гордости - принадлежность к какому-нибудь клану, вере - стильность - сексуальность - имидж - чтобы не быть как все - модно
------------	---

II. Обсуждение

Обсудить, зачем человек прибегает к таким способам изменения своей внешности. Разобрать культурные и исторические аспекты нанесения татуировок, макияжа, прокалывания различных частей тела, например: ритуал, средство привлечения внимания, коммуникации, статусные отношения.

III. Инсценирование

Предложить подросткам придумать и нанести красками на свое тело татуировки и макияж.

IV. Обсуждение в кругу

Каждый участник говорит о том, что он хотел изобразить, почему именно на этом месте, в таком объеме и что чувствует в этом образе.

Предложить участникам представить, что нанесенный узор — настоящая татуировка и они прожили с ней 50 лет. Какие чувства они при этом испытывают?

V. Обобщение главных моментов занятия

- Изменение телесного облика ведет к изменению состояния;
- моделируемая ситуация позволяет актуализировать выбор индивидуального решения при возможности изменения или вмешательства в свое тело;
- интенсивность нанесения татуировок, макияжа, пирсинга отражает «чувство меры» человека, индивидуальные особенности личности, выполняет компенсаторные функции;
- татуировка отражает временное состояние; после определенного срока человек хочет изменить или избавиться от нее.

Цель: исследовать процесс принятия решения группой.

Задачи:

- * обучить эффективному поведению в процессе поиска согласия в группах;
- * получить информацию о коммуникативных процессах в группе и о существующих в ней отношениях доминирования и руководства;
- * способствовать сплочению участников группы.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: копии инструкции, листы бумаги, карандаши.

Процедура проведения

Ведущий. *Сегодня мы на примере игры узнаем, как и почему люди принимают решения. Чем старше вы становитесь, тем более сложные решения вам придется принимать. Наша игра даст вам возможность поучиться принимать решения.*

I. Инструкция

Каждый участник получает указание за 15 минут выполнить задание по инструкции.

Ведущий. *Вы дрейфуете на яхте в южной части Тихого океана. В результате пожара большая часть яхты и находящегося на ней груза уничтожены. Теперь яхта медленно тонет. Ваше местонахождение неизвестно, потому что навигационные приборы испорчены. По самым благоприятным оценкам, вы находитесь примерно в тысяче миль к юго-западу от ближайшего берега.*

Ниже приведен список из 15 предметов, которые не пострадали от пожара. Кроме того, у вас осталась резиновая спасательная шлюпка с веслами, до-статочно большая, чтобы вместить вас, остальной экипаж и все перечисленные ниже предметы. Плюс к тому в карманах у всех вас в сумме набирается пачка сигарет, несколько коробков спичек и пять долларовых банкнот.

Ваша задача — расставить все предметы из списка по их важности для выживания. Самый важный предмет получает номер 1, следующий — номер 2 и так далее до номера 15, который наименее важен.

- Секстант
- Зеркальце для бритья
- Пятигаллоновый бочонок воды
- Противомоскитная сетка
- Одна коробка с армейским рационом питания
- Карты Тихого океана
- Подушка для сиденья (одобрено как плавсредство службой спасения на водах)
- Двухгаллоновый баллон дизельного топлива
- Транзисторный приемник
- Репеллент для отпугивания акул

- Двадцать квадратных футов светонепроницаемого пластика
- Одна кварта пуэрториканского рома
- Пятнадцать футов нейлоновой веревки
- Две коробки шоколада
- Набор рыболовных принадлежностей

II. Выработка решения

После того как каждый закончил работу над своим списком, группа получает 45 минут для выполнения следующей задачи.

Надо выработать общее для всей группы решение, руководствуясь специальным методом достижения консенсуса. Он предусматривает достижение согласия всех членов группы относительно позиции каждого предмета в списке.

После того как группа завершит свою работу над списком, посмотрите в приложении к занятию, каким должен быть правильный порядок. Можно сравнить результаты работы каждого участника с результатом, который был получен группой в целом.

III. Обсуждение процесса принятия решения

Проводится в форме групповой дискуссии.

1. Какие стили поведения способствовали или препятствовали достижению согласия?
2. Какие отношения лидерства и подчинения выявились в процессе принятия общего решения?
3. Кто участвовал в выработке консенсуса, а кто нет?
4. Какой была атмосфера в группе во время обсуждения?
5. Удалось ли использовать возможности группы оптимальным образом?
6. Как можно улучшить процесс принятия общего решения?

Выводы

Выработать единое мнение трудно. Не каждая оценка важности предмета из списка будет соответствовать мнению всех участников. Некоторые рекомендации по достижению соглашения:

- не ставить свое мнение превыше всего; подходить к каждому вопросу с позиций логики;
- не отказываться от своего мнения на том лишь основании, что это необходимо для достижения согласия и предотвращения конфликта; поддерживать только те решения, с которыми вы можете согласиться хотя бы отчасти;
- избегать таких способов борьбы с конфликтами, как голосование, усреднение, торг;
- относиться к расхождениям во мнениях как фактору, который способствует принятию решения, а не препятствует ему.

Приложение к занятию

Пять этапов принятия решений

1. Проясни для себя, какое решение необходимо принять.

2. Продумай все возможные альтернативы (что ты можешь сделать в этой ситуации).
3. Собери информацию, необходимую для принятия решений.
4. Продумай последствия каждой альтернативы (подумай, что произойдет при принятии каждого возможного решения).
5. Выбери наилучшую альтернативу и осуществи необходимые действия. Будь уверен, что доведешь решение до конца.

Ответы и их обоснование

Эксперты считают, что главным для потерпевших крушение посреди океана является то, что может привлечь к ним внимание, и то, что может поддержать их существование, пока не появится помощь. Навигационные приборы и спасательные шлюпки особого значения не имеют. Даже если небольшой спасательный плот и может доплыть до ближайшего берега сам по себе, необходимые запасы продовольствия на нем не уместятся. Поэтому первостепенную важность приобретают зеркальце для бритья и канистра с горючей смесью. И то и другое можно использовать для сигнализации. Менее важны запасы воды и пищи, например ящик с армейским рационом питания.

Ниже ранжирование оставшихся на яхте предметов приводится вместе с его обоснованием. Краткие пояснения, разумеется, не исчерпывают всех способов

применения каждого предмета, а отмечают только самые главные из них.

1. Зеркальце для бритья.

Чрезвычайно важное средство привлечения внимания воздушной службы спасения.

2. Двухгаллоновый баллон дизельного топлива.

Важное средство сигнализации: пятно горючей смеси будет держаться на поверхности воды, где его можно поджечь с помощью спичек и долларовых банкнот.

3. Пятигаллоновый бочонок воды. Необходим для восполнения потери жидкости в организме.

4. Одна коробка с армейским рационом питания. Основной запас питания.

5. Двадцать квадратных футов светонепроницаемого пластика.

Можно использовать для сбора дождевой воды и для защиты от непогоды.

6. Две коробки шоколада. Резервный запас питания.

7. Набор рыболовных принадлежностей. Поставлен ниже шоколада, потому что «синица в руках лучше журавля в небе». Рыбу еще поймать надо.

8. Пятнадцать футов нейлоновой веревки. Веревкой можно привязать нужные вещи, чтобы они не свалились за борт.

9. Подушка для сиденья (одобрена как плавсредство службой спасения на водах).

Если кто-то окажется за бортом, ее можно использовать как спасательное средство.

10. Репеллент для отпугивания акул. Понятно, для чего он может понадобиться.

11. Одна кварта пуэрториканского рома.

80%-ная крепость достаточна, чтобы использовать ром как антисептик в случае травмы. Во всех остальных отношениях он бесполезен. Прием рома внутрь вызовет жажду.

12. Транзисторный приемник.

Бесполезен, потому что не укомплектован передатчиком и находится вне зоны приема коротковолновых радиостанций.

13. Карты Тихого океана.

Бесполезны в отсутствие другого навигационного оборудования. И' вообще неважно, где" находитесь вы. Важно, где находятся спасатели.

14. Противомоскитная сетка.

Посреди Тихого океана москитов не бывает.

15. Секстант.

Без навигационных таблиц и хронометра бесполезен.

Основное соображение, на основании которого средства сигнализации помещены выше средств поддержания жизни (пища, вода), состоит в том, что без средств сигнализации практически нет шансов быть замеченными и спасенными. Более того, практика показывает, что в большинстве случаев спасение происходит в пределах первых полутора суток после катастрофы, а в течение этого времени можно продержаться без воды и пищи.

ЗАНЯТИЕ 6. Я И МОИ СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ

Цель: показать спектр ролей личности; дифференцировать свое «Я» и роли, роли и маски.

Задачи:

- * предоставить детям возможность попытаться изменить свое поведение;
- * предоставить детям возможность применить новые формы поведения в ситуациях, приближенных к реальным;
- * смоделировать более успешные формы поведения, разыграть их в безопасной обстановке;
- дать детям возможность испытать незнакомые чувства, воспринять новые мысли и идеи;
- * дать обратную связь.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: не требуются.

Процедура проведения

Ведущий. *Есть мнение, что человек представляет собой набор ролей. В каждый момент мы не только можем считать себя сложной совокупностью ролей, но с течением времени роли, которые нам приходится*

играть, расширяются, углубляются или временно отходят на второй план, а то и постепенно исчезают из репертуара. Одни из них постоянно общаются между собой, другие ведут уединенный образ жизни.

Короче говоря, каждого из нас можно считать группой. Момент несовпадения роли и внутреннего «Я» позволяет говорить о масках. Эти маски могут принимать множество различных форм. Например, каждый из вас, сидя за партой, надевает маску хорошего ученика. Выйдя из школы, в кругу друзей, вы меняете маску. Дома она приобретает новый облик.

Маски создаются для того, чтобы помочь людям справляться с жизнью, и поэтому их можно считать «масками приспособления». Каждая из них имеет свою природу. Они создаются для определенной цели. Всем им есть что о себе сказать, и любая история будет связана с чувствами, которые оказываются слишком сильными, чтобы их сдерживать. Поэтому человеку требуется маска, чтобы их скрыть, сковать и отделить от себя.

Таким образом, с одной стороны, маска предохраняет человека, с другой — является окном в его сложный внутренний мир.

I. Групповая дискуссия

Обсудить спектр ролей, присущих человеку, в частности подростку. Мнения детей выписываются на большой лист бумаги. Например, подросток может иметь следующие роли: ученик, сын, брат, покупатель, друг и др.

Выяснить — когда, зачем и в каких ситуациях человек надевает маски. Не имея возможности выразить свои истинные чувства, мы скрываемся за масками, например, «пофигиста», «хорошей девочки», «тусовщика», «крутого парня», «нытика и зануды» и др.

II. Игра «Маски, которые мы надеваем»

Разбить детей на пары. У каждой пары должно быть два стула. Предложить разыграть небольшую сценку из жизни, например: покупатель — продавец, ученик — учитель, родитель — ребенок и т.д., где один участник «надевает» маску. Затем дети меняются местами, и второй участник становится маской первого, то есть происходит вынесение вовне (называние) маски. Далее партнеры разворачивают диалог между маской и «Я». После этого проигрывается маска второго подростка.

Если в начале игры детям сложно справиться с заданием, ведущий должен на примере одной из пар разыграть упражнение.

III. Обсуждение

Попросите детей поделиться своими впечатлениями о том, как развивался диалог и как они чувствовали себя в этой ситуации.

IV. Выводы

В процессе ролевой игры ситуация обретает конкретные черты и становится более понятной детям. Они учатся дифференцировать «Я» и свои роли, роли и маски, называть их (выносить вовне), тем самым позволяя

контролировать их и изменять свое поведение в зависимости от ситуации.

ЗАНЯТИЕ 7. САМООЦЕНКА

Цель: поддержание позитивной самооценки.

Задачи:

- * обсудить способы поддержания позитивной самооценки;
 - * дать подростку возможность полностью осознать свои силы;
 - * дать возможность каждому члену группы узнать, как его воспринимают другие участники;
 - * предоставить участникам возможность соотнести самооценку и оценку членами группы;
- формирование умения слушать и давать, обратную связь.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: два стула.

Процедура проведения

Ведущий. *Самооценка отражает степень развития у человека чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его интересов. На самооценку влияют несколько факторов. Во-первых, представления о том, каков человек на самом деле и каким он хотел бы быть; во-вторых, человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие; в-третьих, человек испытывает удовлетворение не оттого, что он просто делает что-то хорошо, а оттого, что он избрал определенное дело и именно его делает хорошо.*

I. Групповая дискуссия

Тема дискуссии: «Как мы поддерживаем и улучшаем свою самооценку». Мнения выписываются на отдельный лист бумаги и дополняются ведущим. Например! улучшаем внешность (прическа, макияж, следим за фигурой); занимаемся самообразованием, развитием своих талантов, способностей; достигаем успеха в каком-то деле; обесцениваем других людей; выигрываем конкурсы, соревнования; помогаем другим людям, тем самым повышая свою самооценку; украшаем свой уголок плакатами с надписями: «Ты — лучший!» и т.д.; «нарываемся» на комплимент; иногда рисуемся (делаем то, что не свойственно, но это выглядит «круто», ярко); не ставим глобальных целей; имеем хобби как способ выделиться из толпы; усилием воли стараемся себя перебороть, сделать что-то на грани возможного.

II. Говорим друг другу комплименты

Отдельно — так, чтобы всем хорошо было видно, поставить два стула друг напротив друга. Предложить одному из участников занять один из стульев, все остальные члены группы по очереди садятся на свободный стул и называют ему только его положительные качества. Слушатель может попросить уточнить то или иное высказывание, задать дополнительные вопросы, но не имеет права на отрицание или оправдание.

Каждый член группы, по возможности, должен занять место слушателя.

III. Обсуждение

Обсудить, что каждый из участников чувствовал и думал в процессе выполнения задания.

IV. Выводы

Чтобы поддержать позитивную самооценку, мы прибегаем к разным стратегиям. Например, подчеркиваем свой позитивный опыт, избегаем постановки глобальных целей, обесцениваем других и др. Таким образом человек формирует несколько образов «Я», строит гибкую и устойчивую самооценку, выстраивая иерархию образов «Я».

ЗАНЯТИЕ 8. НЕАГРЕССИВНОЕ НАСТАИВАНИЕ НА СВОЕМ

Цель: научить подростков неагрессивно настаивать на своем.

Задачи:

- * идентифицировать общеизвестные ситуации, когда требуется неагрессивно настаивать на своем;
- * идентифицировать тактики убеждения;
- * упражняться в навыках вербального неагрессивного настаивания на своем;
- * упражняться в невербальных навыках неагрессивного настаивания на своем.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги, фломастеры.

Процедура проведения

Ведущий. *Есть множество ситуаций, в которых трудно честно и открыто выразить свои чувства и настаивать на своих правах, когда они нарушаются. На этом занятии вы научитесь, как эффективно справляться с такими ситуациями, то есть постараетесь неагрессивно настаивать на своем.*

I. Мозговой штурм

Перечислить общеизвестные ситуации, когда людям трудно неагрессивно настаивать на своем. Например: сказать «нет» другу; выразить мнение, не

совпадающее с мнением другого; попросить снисхождения для себя, попросить об одолжении; сказать человеку, что в нем есть что-то, что сводит вас с ума; высказать претензии; вернуть обратно некачественный товар, купленный вами; сказать продавцу, что он вас обсчитал; сказать учителю или родителю, что он поступил нечестно.

II. Виды поведения и их причины

Ведущий. На приведенные выше ситуации можно реагировать тремя разными способами. Первый — быть пассивным, то есть никак не реагировать. Такое пассивное поведение предполагает избегание конфронтации, игнорирование ситуации или предоставление активности другому человеку. Второй — агрессивное поведение. Это включает атаку на другого человека, чрезмерное реагирование. Третий — неагрессивное настаивание на своем, которое предполагает умение постоять за свои права, честно и открыто выразить себя, свое отношение и быть ответственным за свое поведение.

Существуют разные причины того, почему люди иногда не настаивают на своих правах и не выражают свои чувства. Например: не хотят начинать спор или ссору; не хотят устраивать сцен; боятся, что будут выглядеть глупо; не хотят оказаться замешанными в драку; не хотят оскорбить другого человека; рационализируют, говоря, что на самом деле это не так уж важно, чтобы вокруг этого создавать проблему.

III. Выгоды неагрессивного настаивания на своем

Спросите детей, какие преимущества, по их мнению, можно получить, умея неагрессивно настаивать на своем. Выпишите это на лист.

Примеры ряда преимуществ: личное удовлетворение; повышение вероятности того, что вы получите то, что хотите; возрастающая самооценка; повышение чувства контроля за своей жизнью; понижение тревоги из-за межличностных конфликтов; повышение способности стоять за свои права и не допускать, чтобы люди брали над вами верх; уважение и симпатия со стороны окружающих.

IV. Упражнения для выработки вербальных навыков неагрессивного настаивания на своем

Ведущий. Первая важная область неагрессивного настаивания на своем включает обучение умению сказать «нет» или стоять на своем, когда что-то требуют или просят.

Умение сказать «нет» включает три компонента:

- а) скажите о вашей позиции;
- б) назовите причины или суждения в пользу этой позиции;
- в) признайте позицию и чувства другого человека.

Другая область неагрессивного настаивания на своем включает умение попросить об одолжении или настаивать на своих правах:

- а) скажите о том, что ситуация или проблема должна быть изменена;

б) потребуйте, чтобы ситуация была изменена или проблема разрешена.

Последний навык включает умение выражать чувства, как положительные, так и отрицательные. Например: «Ты мне нравишься на самом деле», «Я на тебя очень зол», «Я ценю, что ты это сказал», «Это меня на самом деле злит» и т.д. Я-высказывания отражают неагрессивное настаивание на своем: я чувствую; я хочу; мне не нравится; я могу; я согласен.

А теперь давайте разыграем сценки, иллюстрирующие вербальный навык неагрессивного настаивания на своем.

V. Упражнения по выработке невербальных навыков неагрессивного настаивания на своем

Ведущий. Идентифицируйте и поупражняйтесь в следующих невербальных навыках неагрессивного настаивания на своем, предполагающих как словесное высказывание, так и соответствующее невербальное сопровождение: громкость голоса; поток произносимых слов; контакт глаз; выражение лица; положение тела (позы); дистанция.

Попросить подростков разыграть ситуации, приведенные выше, но на этот раз сконцентрироваться на невербальных компонентах.

VI. Выводы

Неагрессивное настаивание на своем служит вашим интересам, отстаивает ваши права, позволяет открыто и честно выражать себя и при этом не задевает прав других людей.

Оно повышает вероятность получения того, что вам в жизни надо, и приносит личное удовлетворение.

Неагрессивное настаивание на своем включает невербальные и вербальные компоненты и может быть сформировано путем упражнений.

ЗАНЯТИЕ 9. ВЗАИМООТНОШЕНИЕ ПОЛОВ

Цель: научить подростков социальным навыкам, необходимым для взаимоотношений со сверстниками, умению познакомиться с понравившимся человеком.

Задачи:

обсудить, какие атрибуты привлекательны для лиц противоположного пола; обсудить значение внешних (физических) данных во взаимоотношениях; обсудить чувства, необходимые для начала разговора с человеком противоположного пола, и чувства, которые препятствуют этому (страх, стыд и т.д.).

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги, фломастеры, карандаши.

Процедура проведения

Ведущий. Сегодня мы будем отрабатывать социальные приемы на примере ситуаций, включающих отношения между мальчиками и девочками.

Какие атрибуты делают человека привлекательным, вызывающим стремление взаимодействовать?

Написать эти признаки на листе бумаги. Отметить, что некоторые из них могут быть прямо противоположными. Обсудить причины этого. Например: внешний вид (прическа, макияж, фигура); «честный, открытый» взгляд; стремление другого вступить в диалог; хорошие манеры; вызывающее поведение; схожие черты поведения; сексуальная привлекательность; физическая сила.

I. Привести примеры

Попросить участников вспомнить кинозвезд или «секс-бомб», которые считаются сексуально привлекательными и в то же время относительно непривлекательны физически. Подумать, а затем обсудить, что это значит.

II. Обсудить чувства

Ведущий. Есть чувства, которые могут затруднять первый разговор с человеком противоположного пола. Например: стеснительность; думаешь, что совсем не достоин этого человека; боязнь, что тебя «пошлют»; окажешься человеком из другого круга; кажется, что по сравнению с ним/с ней ты «урод», плохо выглядишь; низкая самооценка.

III. Разыграть ситуацию

Предложить подросткам разыграть ситуацию по следующей инструкции: «Вы свободны. Как грамотно назначить свидание, пригласить в кино?»

Дети разбиваются на пары, потом меняются ролями.

«Если вам отказали, что ответить?»

Спросить участников, какой способ назначить свидание они считают наилучшим. Обсудить эффективность этих приемов.

IV. Выводы

- Люди противоположного пола могут нравиться по многим причинам.
- Представления людей о привлекательности могут существенно различаться.
- Многие люди испытывают стеснение при разговоре с противоположным полом.
- Приемы, используемые для эффективного общения, могут быть применены для установления контакта и беседы с противоположным полом.

ЗАНЯТИЕ 10. МОДЕЛИ СЕКСУАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Цель: обсуждение причин, моделей и последствий сексуального поведения; формирование адекватного отношения подростков к вопросам гигиены сексуального поведения.

Задачи:

- * обсудить проблему перехода сексуального поведения в провокацию насилия;

- * обсудить факторы, которые могут способствовать провокации насилия;
- * обсудить адекватные модели сексуального поведения, в том числе и в кризисных ситуациях.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги, фломастеры.

Процедура проведения

Ведущий. *Сегодня мы будем обсуждать тему сексуального поведения, которое может привести к негативным последствиям, а именно: насилию, преждевременной беременности, заболеваниям, передающимся половым путем.*

I. Мозговой штурм

Мозговой штурм проблем сексуального поведения, насилия, провокации насилия.

На большом листе бумаги выписываются мнения подростков о таких понятиях, как сексуальное поведение, насилие (в широком смысле), провокация насилия. Добавить неназванные варианты.

II. Обсуждение

Обсудить факторы и последствия сексуального насилия на конкретном примере. Если подростки затрудняются привести пример, ведущий предлагает сюжет, например фрагмент из фильма или литературного произведения.

III. Дискуссия по поводу альтернативных моделей поведения

IV. Выводы

На этом занятии мы обсуждали проблему границ сексуального поведения и его возможного перехода в ситуацию насилия. В большинстве случаев насилие — результат, а не случайное стечение обстоятельств. Как насильник, так и жертва в равной степени вносят свой определенный вклад в содеянное. Поведение жертвы провоцирует или способствует насилию. Управляя своим поведением, можно контролировать, а в ряде случаев изменять ситуацию, поведение окружающих. В случае 1 изнасилования необходимо своевременно обращаться к специалистам, которые окажут содействие, чтобы избежать порой необратимых последствий.

ЗАНЯТИЕ 11. КОНФЛИКТ

Цель: развитие навыков общения в конфликтных интимно-личностных ситуациях.

Задачи:

- * обсуждение реакций, возникающих в конфликтных интимно-личностных отношениях;

* моделирование и выработка навыка приемлемого ответа в конфликтных ситуациях.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги, карандаши, фломастеры.

Процедура проведения

I. Мозговой штурм

Мозговой штурм проблемы интимно-личностных конфликтов. «Когда тебе предлагают, например, интимные отношения, как ты реагируешь?» Записать мнения подростков на листе бумаги. Обсудить, почему эти темы могут вызвать затруднения. Мнения подростков: возникает реакция отказа; посылаешь на фиг; хочется быстрее поменять тему или вообще уйти; иногда полезно посмеяться; испытываешь страх; испытываешь чувство стыда; разочаровываешься в человеке.

Причины затруднения: об этом не принято открыто говорить; просто не нравится; страшно; боишься оттолкнуть любящего человека.

II. Разыгрывание сценки

Участники разыграли сцену признания в любви. Молодой человек давно хочет признаться своей подруге в любви. И вот наконец он решился...

— Ты знаешь, я хочу тебе что-то сказать...

— Ну? Было бы интересно, — говорит кокетливо. Далее следует молчание.

— Чего же ты молчишь? Давай говори!

— Если бы это было так легко, то... Она его перебивает, раздраженно:

— Слушай, ты меня уже достал! Или ты говоришь, или я пошла! — демонстративно встает.

— Да нет, ничего... в следующий раз. Безразлично:

— Ну как хочешь!

Отворачивается.

После этого предложить подросткам высказать свои соображения по поводу разыгрываемой ситуации.

Мнения детей: нельзя агрессивно выражать свои чувства, особенно если человек тебе дорог; надо всегда выслушать до конца, а если человек не может сказать, то помочь ему; дать понять, что для тебя это важно; никогда не сдаваться и доводить все до конца; если твой друг или подруга так реагируют, то, может быть, стоит пересмотреть отношения.

***Ведущий.** На примере разыгранной ситуации мы видим, что страх, возникающий когда тебе предлагают интимные отношения, может «маскироваться». В данном случае он проявился через агрессивное поведение девушки. Мы должны использовать другие, позитивные модели поведения. Выражение страха или агрессия являются неэффективными и во многом могут спровоцировать или усилить ситуацию конфликта.*

III. Моделирование приемлемых ответов

Смоделировать и проиграть варианты приемлемых ответов, которые не

обидят партнера и не вызовут у него состояния дискомфорта.
В процессе занятия разыгрывается несколько сцен с различными сюжетами.

IV. Выводы

В межличностном общении могут возникнуть ситуации, в которых человек, особенно молодой, испытывает затруднения в обращении к партнеру или не знает, что и как ответить, чтобы не создать конфликта. Приемлемым считается ответ, который демонстрирует, прежде всего, уважение к партнеру, честность, прямоту, тактичность, откровенность.

ЗАНЯТИЕ 12. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ

Цель: подведение итогов групповой работы.

Задачи:

- * получить обратную связь от участников группы;
- * создать позитивную атмосферу прощания.

Место проведения: открытая площадка.

Время: 1 час.

Материалы: плотный лист цветной бумаги, карандаши, ручки, фломастеры.

Процедура проведения

Вариант I

Каждый ребенок складывает лист бумаги пополам, как поздравительную открытку, кладет на внешнюю сторону открытки свою ладонь, обводит ее карандашом и пишет внутри «руки» свое имя. (Рука является личным символом открытости для других.) Затем подросток передает свою открытку соседу слева, который должен написать что-нибудь внутри. Карточки передаются до тех пор, пока каждый не напишет по предложению остальным.

Вариант II

Раздать подросткам по листу бумаги и фломастеру. Попросить их написать свои инициалы в правом верхнем углу. Ведущий также подписывает свой листок. Каждый ребенок пишет короткую строчку, с которой будет начинаться поэма. Далее участник передает свой листок соседу слева, и тот дописывает свою строчку, продолжающую поэму. После того как каждый напишет по одной строчке на всех листках, законченная поэма возвращается автору первой строки.

Примеры для образца:

Мы много узнали и стали умней...

Наша группа слоено цветок...

Мне так хорошо, я знаю так много...

После того как все поэмы будут написаны, прочтите сначала свою. Потом спросите, кто еще хочет прочитать свою поэму.

Получение обратной связи

Раздать участникам группы листы и попросить ответить на вопросы:

Что больше всего понравилось в занятиях? Что не понравилось совсем? О чем бы еще хотели узнать? Что, на ваш взгляд, было лишним? Какая форма работы понравилась и запомнилась больше всего? Что нового узнали?

Некоторые высказывания детей: понравилось то, что мы откровенно обсуждали свои проблемы, анализировали различные мнения; мы разобрали не так уж много психологических ситуаций — их могло быть больше; хотелось бы узнать более тонко психологию людей; мы сблизились с первого занятия и могли обсуждать то, что не могли обсуждать раньше; нашел выход для себя из трудных ситуаций; узнали о себе больше; хочется больше узнать о ревности друзей и подруг; научились выражать открыто свое мнение и не бояться этого; получили информацию о вредных привычках.

Литература:

1. Мартынова М.С. «Социальная работа с детьми группы риска», М., 2003г.
2. Шипицына Л.М. «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними в общеобразовательной среде», Сборник программ, СПб, 2003г.
3. Овчарова Р.В. «Справочная книга школьного психолога», М., 1996г.
4. Баярд Р.Т., Баярд Д. «Ваш беспокойный подросток. Практическое руководство для отчаявшихся родителей», М., 1991г.
5. Жуков Ю.М. и др. «Диагностика и развитие компетентности в общении», М., 1991г.
6. Кравцова Е.Е., Нурахонова А.А., Степанова В.В. «Как помочь детям преодолеть трудности в поведении», Кишинев, 1993г.
7. Овчарова Р.В. «Справочная книга социального педагога, М., 2002г.
8. Овчарова Р.В. «Практическая психология в начальной школе», М., 1998г.
9. Еженедельная методическая газета для педагогов-психологов «Школьный психолог», №29, 1-7 августа 2004г.
10. Дивицина Н. Ф. Социальная работа с неблагополучными детьми и подростками. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. – 287 с.
11. Коробкина З. В., Попов В. А. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодёжи : учеб. пособие для студентов вузов. – М.: Академия, 2002. – 189 с.
12. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – СПб.: Речь, 2009. – 256 с.
13. Прихожан А. М., Толстых Н. Н. Психологическая помощь в воспитании детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. – М., 1998.
14. Рудакова И. А., Ситникова О. С., Фальчевская Н. Ю. Девиантное поведение : учеб. пособие. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. – 156 с.

15. Словарь-справочник по социальной работе / под ред. Е. И. Холостовой. – М.: Юрист, 1997. – 417 с.
16. Частоколенко Я. Б. Динамика первичного творчества в коммуникативном процессе тренинга креативности : дис. ... канд. психол. наук. – Томск, 2004. – 178 с.
17. Энциклопедия социальной работы : [в 3-х т.] : пер. с англ. – М.: Зорис. Т.3. – 1994. – 498 с.