УДК

ББК

М

Автор-составитель: **Керимова А. В.**, к. п. н., доцент, профессор РАЕ, директор МБОУ «Начальная школа – детский сад № 66» г. Махачкала.

Практические разработки и упражнения предоставлены: **Кавтарова М. Ш.**, педагог-психолог МБОУ «Начальная школа – детский сад № 66»; **Гаджиева Айна Магомедовна**, педагог-психолог МБОУ «СОШ № 32»; **Тагирова Равганият Тагировна**, социальный педагог МБОУ «СОШ № 32»; **Алиева Жамилат Магомеддибировна**, заместитель директора по ВР МБОУ «СОШ № 60»; **Мамаева Салихат Магомеднуриевна**, социальный педагог МБОУ «СОШ № 60»; **Магомедова Сайгидат Мухудадаевна**, заместитель директора по ВР МБОУ «СОШ № 47»; **Хабилова Зульфия Арслан-Алиевна**, социальный педагог МБОУ «Гимназия № 56»; **Абакарова Убайдат Хабибовна**, заместитель директора по ВР МБОУ «СОШ № 40»; **Рамазанова Дилара Алисултановна**, социальный педагог МБОУ «СОШ № 40»; **Уцумиева Зина Хайбулаевна**, психолог МБОУ «СОШ № 40»; **Гасанова Марианна Султановна**, психолог МБОУ «Школа-интернат II вида»; **Рамазанова Патимат Курбановна**, социальный педагог МБОУ «Школа-интернат II вида».

Рецензенты:

**Гаджимурадова Зоя Магомедовна**, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии ДГПУ, Почетный работник высшего профессионального образования РФ;

**Алиева Бика Шапиевна**, доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой общей и социальной педагогики ДГУ.

Интерактивные методы и формы работы с девиантными подростками: пособие для педагогов и психологов образовательных организаций, реализующих образовательные программы общего среднего образования, учреждений дополнительного образования детей и молодежи / авт.-сост. А. В. Керимова. Махачкала: изд-во, 2021. с.

В методическом пособии раскрывается понятие «девиантное поведение», его формы и причины возникновения в подростковой среде. Представлены интерактивные методы и формы работы педагогов и психологов по профилактике девиаций среди несовершеннолетних в школе.

Адресуется педагогам и психологам учреждений, обеспечивающих получение общего среднего образования, дополнительного образования детей и молодежи, учреждений профессионально-технического образования. Будет полезна родителям учащихся, студентам и преподавателям.

**ISBN 978-**

©

©

**Введение**

В условиях глобального кризиса в мировом сообществе произошла смена устоев и ценностных ориентиров, морально-нравственных установок, увеличилась численность подростков, склонных к асоциальному поведению, а вместе с тем возросло число правонарушений, совершаемых ими. В соответствии с этим стала актуальной проблема профилактики и коррекции девиантного поведения подростков в образовательном учреждении.

Перемены в социальной жизни и духовный кризис общества стимулировал асоциальное поведение и рост агрессивных проявлений у подростков. Длительная фрустрация актуальных потребностей, угасание жизненных перспектив на фоне шатких ценностных ориентиров изменяют психо-эмоциональное состояние детей. Возникла острая необходимость формирования у подростков навыков саморегуляции, преодоления ситуативных трудностей позитивными способами, развития их коммуникативных и социальных компетенций.

В пособии «Интерактивные методы и формы профилактики и коррекции девиантного поведения подростков в образовательном учреждении» предлагается система коррекционной работы с подростками, включающая занятия с использованием различных средств и арт-терапевтических технологий. Как перспективные способы работы с отклоняющимися формами поведения рассматривается групповая психотерапия, где моделируются проблемные ситуации посредством изобразительного творчества и музыки. В ходе предлагаемых тренингов подростки учатся взаимодействовать в системе миролюбия, сублимируя негативные эмоции в продукты творчества.

Девиантное поведение по своей природе — сложное социальное и психологическое явление. Статистические данные говорят о росте таких проявлений среди подростков на 40–60%. Дезориентация в сложной системе общественных ценностей и норм формирует поведенческие паттерны, в основе которых желание привлечь внимание любой ценой, доказать свою значимость и силу. Подчас эти проявления нарушают общественные нормы и закон. Подростковый возраст является наиболее уязвимым в процессе формирования у человека стереотипа негативного поведения. Именно в этот период возрастного развития человека имеет место наибольшая опасность утверждения в нем девиантного поведения.

Многочисленные исследования (Л. И. Божович, Т. В. Драгунова, А. И. Краковский, А. Н. Леонтьев, Д. Б. Эльконин, Д. И. Фельдштейн и др.) свидетельствуют, что психобиологические факторы, определяющие развитие психики ребенка, связаны с индивидуально-психологическими особенностями формирования характера подростка, его эмоционально-волевой и мотивационной сферами. Типология, предлагаемая В. М. Менделевичем, основана на способах взаимодействия с реальностью и формой отклонений:

1. Делинквентный тип, трактуется как преступный (воровство, насилие, разбой).

2. Аддиктивный тип, связан с изменением психологического состояния подстегиванием эмоций (наркомания, экстремальные проявления).

3. Патохарактериологический тип, формируется в процессе воспитания (психопаты).

4. Психопатологический тип, развивается на основе симптоматики психических заболеваний.

5. Гиперспособности (одаренные дети).

Основной целью предлагаемого методического пособия является содействие снижению уровня вербальной и физической агрессии подростков.

Пособие призвано помочь педагогам и специалистам, работающим с несовершеннолетними, расширить знания об особенностях подростков с девиантным поведением, выработать практические умения по оказанию педагогической помощи, по поддержке несовершеннолетних, овладеть интерактивными методами и формами предупреждения и преодоления отклонений в поведении учащихся.

Авторские разработки участников проекта «Трудный подросток» показали свою эффективность через апробацию в ходе практической работы. Представляется, что предлагаемый комплекс методических материалов поможет педагогам и психологам в организации профилактической работы с несовершеннолетними и станет отправной точкой в их собственном творческом поиске путей решения рассматриваемой проблемы.

Концептуальность пособия заключается в том, что процесс воспитания и развития ребенка в условиях семьи и школы должен не только реализовывать свои функции в форме передачи определенных знаний, умений и навыков воспитания в общепринятом смысле этого слова, но и реально готовить обучающегося к адаптации в социуме, разрешению нестандартных ситуаций. Следует отметить, что в рамках проекта «Трудный подросток» планируется выпуск двух частей пособия «Интерактивные методы и формы профилактики и коррекции девиантного поведения подростков в образовательном учреждении». В данном пособии не ставилась цель в развернутой форме описать комплекс профилактической работы с несовершеннолетними в условиях школы. Пособие не может носить универсальный характер, поэтому при использовании предложенного методического обеспечения необходимо учитывать индивидуальность каждого подростка, возможности и опыт отдельно взятого специалиста.

**1. Девиантное поведение как результат нарушения процесса социализации**

Для изучения механизмов возникновения девиантного, или отклоняющегося, поведения у подростков используются знания, накопленные в психологии, психиатрии, педагогике и социологии. Термин «девиантное поведение» употребляется представителями разных наук в нескольких значениях. В психологии и педагогике девиантным называют поступки и действия человека, не соответствующие нормам данного общества. В социологии и правоведении девиантностью считают социальное явление, которое выражается в относительно массовых и устойчивых формах человеческой деятельности, не соответствующих общественным нормам. В психиатрии девиантность понимается как предболезненное состояние личности, как расстройство поведения, не достигшее в силу разных причин патологии, имеющейся при психических расстройствах и заболеваниях.

Среди большинства исследователей принято следующее определение: девиантное поведение – устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее ущерб обществу или самой личности, а также сопровождающееся ее социально-психологической дезадаптацией. Но и это определение нуждается в уточнении, полагаем, что дополнительные признаки позволяют отличить девиантное поведение от схожих явлений.

*Девиантное поведение характеризуется признаками:*

– всегда имеет разрушительный характер, оно деструктивно («энергия разрушения» направлена на окружающих) или аутодеструктивно («энергия разрушения» направлена на собственную личность);

– является стойко повторяющимся – многократным и длительным;

– согласуется с общей направленностью личности, то есть достаточно предсказуемо и проявляется в повседневной жизни, а не вследствие нестандартных ситуаций – болезни, психотравмы или самообороны;

– рассматривается в пределах медицинской нормы (не должно отождествляться с психическим заболеванием или патологическим состоянием, хотя и может с ним сочетаться);

– имеет выраженное индивидуальное и половозрастное своеобразие: неодинаково проявляется у разных людей в разном возрасте. Индивидуальные различия затрагивают мотивы и формы поведения, динамику, частоту и степень выраженности;

– сопровождается различными проявлениями социально-психологической дезадаптации. В то же время верно и обратное: само по себе состояние дезадаптации, вызванное другими причинами (например, болезнью или психотравмой), может стать одной из причин девиантного поведения.

Девиантное поведение и личность, его проявляющая, вызывают негативную оценку со стороны других людей. Эта оценка может иметь форму общественного осуждения, социальных мер.

Ключевым для определения девиантного поведения всегда является понятие социальной нормы или совокупность норм. Неоднократное нарушение относит подростка к категории «трудных».

*Социальная норма* – совокупность требований и ожиданий, которые предъявляет социальная общность (группа, организация, общество) к своим членам с целью регуляции деятельности и отношений.

*Виды социальных норм:*

– духовно-нравственные – общечеловеческие ценности, представленные в мировых религиях, художественной культуре и научной мысли (традиции, обычаи, образы);

– морально-этические – ожидания-предписания определенной социальной группы в отношении ее членов;

– правовые – свод законов, предполагающий наказание при их нарушении;

– организационно-профессиональные – регулирующие жизнь в учебной или профессиональной среде (инструкции, правила внутреннего распорядка, профессиональные традиции);

– эстетические – соответствие принятым в данном обществе в данное время эстетическим идеалам – представлениям о красивом, возвышенном, прекрасном.

В зависимости от нарушаемых норм можно выделить виды девиантного поведения (по Е. В. Змановской) следующую классификацию:

– антисоциальное поведение – противоречащее правовым нормам, угрожающее общественному порядку и благополучию окружающих;

– асоциальное поведение – уклоняющиеся от выполнения морально-нравственных норм, угрожающее благополучию межличностных отношений

(это и проявления агрессии, аморальное поведение, бродяжничество и т. д.);

– аутодеструктивное поведение – угрожающее целостности и развитию личности (зависимости и суицидальное поведение).

Традиционно выделяют биологические, личностные, социальные и семейные факторы риска отклоняющегося поведения.

К биологическим причинам относят органические поражения головного мозга вследствие патологии беременности и родов, родовых травм, внутриутробных и ранних послеродовых патологий, интоксикаций, мозговых инфекций, черепно-мозговых травм; патологию нервной системы; врожденные уродства и косметические дефекты, а также наследственную отягощенность психическими, наркологическими и соматическими заболеваниями.

Личные особенности человека тоже определяют его предрасположенность к формированию девиантного поведения. Это могут быть специфические черты личности в рамках психической нормы: недостаточная сформированность эмоциональной сферы и навыков общения, низкий уровень самоконтроля, нарушения самооценки, склонность к риску, агрессивность, тревожность, низкая стрессоустойчивость, внушаемость, нравственная зрелость, узкий круг интересов. Отклонения в поведении возможны при некоторых пограничных состояниях – неврозах, реактивных депрессиях, посттравматических стрессовых расстройствах, психосоматических заболеваниях, личностных расстройствах, а также при социальной и педагогической запущенности у детей и подростков. Девиантное поведение бывает следствием серьезной психопатологии: умственной отсталости, шизофрении, эндогенных депрессий.

К семейным причинам девиантного поведения подростков относятся нарушения детско-родительских (эмоциональная холодность, отвержение, авторитаризм, сверхконтроль, гипо- или гиперопека, воспитание по типу «кумир семьи») или супружеских взаимоотношений; жесткое обращение, насилие в семье, оскорбления, пренебрежительное отношение, безнадзорность; низкий социальный статус семьи; асоциальное или криминальное поведение близких; психические заболевания родителей; хроническая психологическая травматизация, серьезные изменения или стрессы, переживаемые семьей.

Социальные причины девиантного поведения – это неблагополучное микросоциальное окружение (принадлежность к девиантной молодежной субкультуре); низкий статус подростка в группе сверстников; недостаточность социально-позитивного опыта. К макросоциальным причинам относят нестабильность социально-экономической ситуации, негативное влияние СМИ, терпимое отношение общества к поведенческим отклонениям, несовершенство законодательства, отсутствие развитой системы социальной поддержки.

*Социализация личности является* сложным непрерывным процессом взаимодействия человека и общества. Мы живем в условиях постоянно меняющегося социального окружения, включаемся во все новые виды деятельности и отношения, испытывая на себе разнообразные влияния окружающей среды, принимая новые социальные роли. В подростковый период влияние микросоциальных факторов является решающим. Важно, чтобы оно было благоприятным и способствующим положительному развитию, и становлению личности.

*Целью* предлагаемого методического пособия является содействие снижению уровня вербальной и физической агрессии подростков.

*Задачи* определены в следующем порядке:

– развитие навыков бесконфликтного общения в подростковой среде;

– мотивация подростков к анализу собственных поступков;

– привитие навыков социально приемлемых выходов из стрессовых ситуаций.

Используемые *методы и приемы*: методы активизации групповой деятельности; методы самовыражения и ценностного ориентирования; метод содействия и сотворчества; тренинги и беседы, мастер-классы.

В результате предлагаемых форм и методов работы авторы пособия ожидают: снижение агрессивности у подростков через развитие сотрудничества и взаимопомощи, востребованности в обществе как личности, переход на качественно новый уровень взаимодействия в социуме.

**2. Этапы проведения профилактической работы девиантного поведения с подростками**

Первым и обязательным этапом в работе с подростками является вводная диагностика.

Вводная диагностика является необходимым и обязательным действием со стороны педагога-психолога для выявления и установления причинно-следственных связей девиантного поведения подростка.

Для определения степени выраженности проблемы рекомендуются к применению:

1. Тест Розенцвейга (детский вариант);

2. Проективная методика «Несуществующее животное»;

3. Опросник Басса – Дарки на определение агрессивности;

4. Методика диагностики оценки самоконтроля в общении М. Снайдера;

5. Методика «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО Е. А. Климова) для профориентации подростков и открытия жизненных перспектив;

6. Методика диагностики уровня невротизации Л. И. Вассермана;

7. Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана;

8. Оригинальный тест Сонди;

9. Патохарактерологический диагностический опросник для подростков А. Е. Личко и В. Я. Иванова.

В результате проведенных диагностик собирается «банк данных», респонденты делятся на группы по степени выраженности проблемы с привлечением специалистов согласно дифференцированной оценке.

В условиях школы создается ряд условий: система взаимодействия специалистов, которые занимаются решением проблемы социальной коррекции (в систему входят: подросток – психолог – социальный педагог – классный руководитель – врач – родители).

При оказании помощи девиантному подростку необходимо придерживаться следующих этапов:

1. Выявление возрастных и индивидуальных проблем подростка с помощью наблюдения и психолого-педагогической диагностики.

2. Классификация выявленных проблем:

– по принадлежности к естественно-культурным, социально-культурным или социально психологическим задачам;

– по источникам их возникновения, к которым относятся в первую очередь семья девиантного подростка, ближайший к нему социум, группы сверстников (в том числе класс) и школа как воспитательная организация;

– по степени их осознанности подростком и его эмоциональному отношению к ним.

3. Ранжирование проблем подростка по степени значимости их с точки зрения его социализации.

4. Постановка целей планируемой индивидуальной помощи в школе в соответствии с первоочередными проблемами школьника.

5. Определение ведущей тактики оказания индивидуальной помощи воспитаннику: от косвенного включения его в педагогические ситуации до самостоятельного решения им своих проблем.

6. Выбор основного пути индивидуальной помощи девиантному подростку на данном этапе решения той или иной проблемы: через классный коллектив, через семью школьника или через непосредственное взаимодействие с ним педагога.

7. Выбор и реализация адекватных методов и форм индивидуальной помощи.

8. Установление обратной связи в процессе оказания помощи (с помощью наблюдений, психолого-педагогической диагностики и в непосредственном контакте со школьником).

9. Интерпретация и анализ получаемых результатов, соотнесение их с поставленными целями и степенью решенности той или иной проблемы ребенка.

10. Коррекция индивидуальной помощи, основанная на анализе полученных результатов.

Особенность социально-психолого-педагогической работы по коррекции девиантного поведения подростков в условиях школы заключается во взаимодействии врача, психолога, социального педагога, классного руководителя, педагогов предметников. Основной задачей специалистов при этом выступает изменение вектора агрессивности с целью создания условий для социальной адаптации личности.

В подростковом возрасте основной фактор регуляции поведения и саморазвития, по мнению Э. Эриксона, связано с рефлексией и осознанием «Кто я?». В предлагаемом методическом пособии в качестве одного из способов самопознания предложена арт-терапия, как наиболее полно раскрывающая двойственную природу личности. Первая – это социальная, где подросток может заявить в мир о себе продуктом творчества. Вторая – духовная, где посредством творчества можно развить экзистенциально-гуманистическую основу души. Личность вступает в социальную жизнь, как субъект, но действие и проявление основываются на качестве духовной наполненности. Гуманизм творчества проявляется в том, что оно дает возможность выражения подлинной индивидуальности, несмотря на проблемы общения с внешним миром. В конце 1940 годов французский художник Жан Дюбюффе выдвинул концепцию Арт-брют, где обратился к творчеству изолированных от общества, считая только их художниками. Так как они обладают тем субъективизмом, который предает человеку подлинную индивидуальность. Арт-брют и Аутсайдер-арт избавились от дискриминационного контекста и представляют миру поистине гениальных мастеров, получив таким образом статус равноправия с существующими категориями культуры. Трансформация патологических ментальных состояний в эстетический объект отображает особую структуру мира в художественный образ. Основной задачей общества является безусловное принятие подобных проявлений. Непосредственными задачами в работе педагога-психолога является постоянное саморазвитие и самопросвещение, где от взрослого требуются духовное наставничество, расстановка правильных мотивационных и действенных ориентиров в потоках различного толка информационных и визуальных атак. Взрослые ответственны за правильность нравственного выбора подростка. В подростковой среде большую значимость имеет мнение сверстников, чем родителей и педагогов, что связано с возрастными особенностями. С учетом этого фактора в начале работы с трудными подростками предлагается прибегнуть к групповым занятиям.

**3. Тренинг как форма профилактики девиантного поведения подростка**

Профилактика – это область психологии, ее задача состоит в предоставлении специальной помощи людям для предотвращения и облегчения агрессивных реакций [23].

Методы профилактики включают в себя:

1. Массовое обследование для выявления так называемых групп риска и профилактической работы с ними.

2. Информирование населения.

3. Коррекционную работу.

Психопрофилактика является разделом общей профилактики, содержащим комплекс мероприятий, которые обеспечивают психическое здоровье, в том числе профилактику индивидуальных кризисов.

Подразделяется профилактика на первичную, вторичную, третичную.

Первичная профилактика – совокупность событий, нацеленных на предотвращение вредных воздействий на психику человека. На этом уровне система профилактики состоит из изучения «устойчивости» нервной системы к влиянию вредоносных агентов окружающей среды и возможных путей данной выносливости.

Вторичная профилактика – предельно раннее обнаружение первоначальных фаз отклонений, их раннее предотвращение. Она заключается в контроле за «неутяжелением» либо в предотвращении отрицательных последствий начавшегося психологического кризиса.

Третичная профилактика – предупреждение рецидивов отклонений и восстановление трудоспособности.

Профилактическая деятельность направлена на предотвращение формирования определенных негативных установок, мотивов, ценностей, стереотипов поведения, представлений и формирование новых с целью свершения самореализации личности в обществе [16]

Профилактика девиантного поведения подразумевает концепцию специальных и общих событий и разных степенях общественной организации. Критерием эффективной профилактической работы считают ее комплексность, своевременность, последовательность, дифференцированность. Последнее условие особенно важно при работе со стремительно формирующейся личностью, т. е. с подростками.

Существуют разные формы профилактической работы.

Первая форма – активизация личностных ресурсов. Активные занятия подростков спортом, их созидательное самовыражение, участие в группах общения и индивидуального роста, арт-терапия – все это пробуждает индивидуальные ресурсы, обеспечивающие активность личности, ее здоровье и устойчивость к негативному внешнему воздействию.

Вторая форма – организация деятельности, альтернативной девиантному поведению. Предполагается, что люди применяют психоактивные вещества, поднимающие настроение, до тех пор, пока не получают взамен что-то лучшее. Альтернативными формами активности признаны: познание (путешествия), испытания себя (спорт с риском, походы в горы), значимое общение, деятельность (в том числе благотворительная, религиозная, профессиональная), любовь.

Третья форма профилактической работы – организация социальной среды. В основе этой формы работы лежат понятия о детерминирующем воздействии окружающей среды на формирование девиаций. Воздействуя на социальные факторы, можно избежать ненужное поведение личности. Объектом работы выступает семейный круг, социальная группа (кружок, секция, школа) или конкретная личность. В рамках данной модификации предупреждение зависимого поведения у молодых людей влючает в первую очередь социальную рекламу по развитию установок на здоровый образ жизни и развитие общечеловеческих ценностей. Особое значение имеет влияние средств массовой информации. Специальные программы, подобранные кинофильмы, выступления молодежных кумиров – все это должно иметь качественно новый уровень.

Четвертая форма – информирование – наиболее привычное направление профилактической работы в форме бесед, распространения литературы, лекций, видеоматериалов, телефильмов. Сущность подхода заключается в стремлении воздействовать на когнитивные процессы личности с целью повышения ее возможности к принятию конструктивных решений. Для этого применяется информация, подтвержденная статистическими данными, например, о пагубном воздействии наркотиков на здоровье и личность. Метод на самом деле повышает познания, однако слабо оказывает влияние на изменение поведения. Само по себе информирование не снижает уровня девиаций.

Пятая форма – организация здорового образа жизни. Эта форма выходит из представлений о личной ответственности за состояние здоровья, гармоничное с окружающим миром и своим организмом. Здоровый образ жизни предполагает правильное питание, регулярные физические нагрузки, соблюдение режима труда и отдыха, общение с природой, исключение излишеств. Такого рода образ базируется на экологическом мышлении и находится в зависимости от степени формирования общества.

Шестая форма – активное социальное обучение социально важным навыкам. Эта модель реализуется преимущественно посредством социально- психологического тренинга, поскольку способствует формированию навыков общения, уверенного поведения, управления своим собственным эмоциональным состоянием, умения корректно выражать свои эмоции, самоопределения и самопознания. Эти аспекты актуальны именно в подростковом возрасте. Обычно навыки конструктивного общения у подростков недостаточно развиты, что связано в первую очередь с небольшим социальным опытом. Подростковый возраст сенситивен для развития соответствующих навыков, а тренинг – активный метод их формирования, так как он основан на активных методах групповой работы.

Тренинг как метод интерактивного обучения представляет собой один из наиболее востребованных и динамично развивающихся видов психологической работы [19].

Тренинг – это особая разновидность обучения через непосредственное «переживание» и осознание возникающего в межличностном взаимодействии опыта, которые не сводимы ни к традиционному обучению через трансляцию знаний, ни к психологическому консультированию и психотерапии [9].

Описывая тренинг как особую форму обучения, опирающуюся не на декларативное, а на реальное знание, В. Коган отмечает, что декларативное знание о вреде пьянства и курения мало что способно изменить в жизни подростка [12].

Реальное знание может руководить поведением человека в точном соответствии с ним. Реальное знание – это знание собственного опыта. Таким образом, тренинг является методом преднамеренных изменений личности подростка, направленный на его развитие через приобретение, переоценку, и анализ представлений подростка о себе в процессе группового взаимодействия. Посредством тренинга происходит разрушение ранее сформулированных негативных мотивов, личностных установок, ценностей, осуществляемое социально-педагогическими и психологическими средствами.

Для достижения поставленной цели предлагается ряд тренингов со специально подобранным комплексов игровых упражнений, которые должны способствовать формированию у подростков навыков уверенного поведения, адекватного представления о своей личности, должны обучать навыкам взаимопомощи, поддержки, развивать коммуникативные навыки, снижать уровень агрессии. Тренинг основывается на управлении своим собственным эмоциональным состоянием, формировании уверенного поведения, навыков общения, самопознания и самоопределения, умения корректно выражать свои эмоции. Наиболее популярным способом снижения агрессивности в подростковом возрасте является овладение своеобразной «азбукой чувств» через осознание молодым человеком своих переживаний, формирование уверенного поведения, познания себя.

**4. Рекомендованные тренинги, направленные на профилактику девиантного поведения подростка**

Снижение агрессивности заключается в формировании общности с остальными людьми и в способности видеть в сверстниках друзей и партнеров. Чувство общности является фундаментом, на котором основывается нравственное отношение к людям, порождающее сочувствие, содействие и сопереживание.

Работа с девиантными подростками должна строиться с учетом следующих принципов:

1. Установление контактов.

2. Уважительное отношение к личности подростка.

3. Положительное внимание к внутреннему миру.

4. Безоценочное восприятие личности подростка.

5. Сотрудничество с подростком – оказание конструктивной помощи в решении проблемных ситуаций.

**Занятие 1 «Знакомство»**

Цель: знакомство с членами группы.

Задачи: актуализация «образа-я», создание доброжелательной атмосферы в группе.

Принятие правил группы:

– конфиденциальность;

– принцип добровольного участия;

– доброжелательная и открытая обстановка.

Первичные задания для участников группы: придумать себе имя, написать его на бейдже и представить себя группе. Следовать базовым правилам группы.

Ход тренинга

*Упражнение «Весенний ветерок»*. Все участники располагаются по кругу, по часовой стрелке обращаются к рядом сидящему с пожеланиями успеха и называют свое бейджевое имя. (Пожелания произносятся с открытыми и поднятыми перед грудью ладонями, как символ доверия). Пожелания звучат для всех, возвращаясь к первому участнику уже против часовой стрелки.

*Упражнение «Я тебя чувствую»*. Подростку предлагается проанализировать и пригласить в круг одного из участников на основе идентичности (сходства взглядов, интересов, внешнего сходства). Игра продолжается пока все участники не окажутся в кругу.

**Занятие 2 «Партнер»**

Цель: развитие эмпатии.

Задачи: актуализация «образа-я», создание доброжелательной атмосферы в парах.

*Беседа «Зеркало».* Педагог-психолог поясняет участникам беседы, что происходящее с людьми сегодня – это проекция или отзеркаливание их прошлого. (С пояснениями и ответами на вопросы в ходе беседы).

*Упражнение «Я – зеркало».* Подростки играют парами, один – зеркало, другой – реальный человек, исполняя каждую роль по 5 минут. (После проведенной игры задаются вопросы: Кем быть труднее – зеркалом или человеком? Что отразило зеркало? Довольны ли вы своим отражением? Что хотелось бы улучшить? Является ли человек зеркалом мира, который его окружает? Почему? И если да, то может ли он изменить реальность?).

**Занятие 3 «Зеркальная живопись»**

Цель: развитие социальных компетенций.

Задачи: осуществление самоконтроля «Я способен – я могу».

*Упражнение «Я рисую».* Подростку предлагается на зеркальном полотне изобразить то, что ему хочется. Таким образом подросток сублимирует свое одномоментное состояние.

**Занятие 4 «Отправляемся в зазеркалье»**

Цель: налаживание благоприятных детско-родительских отношений.

Задачи: попытка увидеть своих родителей по-новому, понять их проблемы.

*Упражнение «Будущее в зазеркалье».* Подросткам предлагается взглянуть на себя в зеркало и перенестись в зазеркалье на много лет вперед. Увидеть себя в зеркале папой и мамой. Кто это? Какие у него интересы и заботы? Что его волнует больше всего? Какими чертами характера он обладает? Ты увидел себя в новой роли, доволен ли ты тем, что увидел? Что дает человеку такое путешествие? О чем бы вы хотели попросить волшебное зеркало? Какие чувства возникли у вас? Хотели бы вы обнять и полюбить таких маму и папу?

**Занятие 5 «Зеркало разбилось»**

Цель: интеграция позитивного опыта.

Задачи: создание доброжелательной творческой обстановки, пробуждение эстетических чувств.

*Упражнение «Новое зеркало».* Зеркало разбилось – это к счастью. Из осколков разбитого зеркала предлагается, работая в парах, создать арт-объект по усмотрению. В беседе после выполнения задания выясняется: какие новые качества вы открыли в себе? какие чувства посетили вас при выполнении этой работы? что вы чувствовали, работая вместе? проявлял ли кто-нибудь агрессию по отношению к вам?

**Занятие 6 «Паникер в лодке»**

Цель: снижение уровня агрессии.

Задачи: мотивирование подростков к анализу поступков и их представлений; привитие навыков поиска социально приемлемых выходов из стрессовых ситуаций.

*Упражнение «Паникер».* Сядьте так, чтобы вам было удобно, позвольте вашему сознанию войти в восприимчивое состояние. Закройте глаза. Представьте себя в маленькой лодке в бескрайнем океане, вы спаслись после крушения корабля. И это, казалось, было самым страшным, повезло вам и еще семи людям, которые считали себя счастливчиками. Но вы в океане уже который день, без еды и воды. У вас нет цели, нет направления и нет направления и уже нет стремления бороться, надежда на спасение тает с каждым часом. Раздражение растет, нервы начинают сдавать. Лодку бросает по прихоти ветра и волн океана. Большая волна может в любую минуту накрыть, вы вынырнули чудом в очередной раз. И вдруг кто-то метнулся к левому борту и начал раскачивать лодку и кричать, желая положить конец мучениям. Еще минута, и вы все утонете. Смогли бы вы пристрелить паникера, чтобы спастись самому и спасти остальных? (ответы). Чудо все же случилось: помощь пришла так же неожиданно, как все происходит в нашей жизни. На берегу ждали родные, с нетерпением и тревогой вглядываясь в даль. Вдруг мальчик лет семи вырвал свою руку из руки матери, подбежал к тебе и, взглянув в лицо, спросил: «А мой папа с вами? Мой папа спасся? Вы его видели?»

Завершается занятие общей беседой и высказыванием мнений по поводу случившегося, что способствует выработке социально приемлемого поведения и эмпатии.

**Занятие 7 «Шаг во взрослую жизнь»**

Цель: формирование доверия подростков друг к другу, создание благоприятного психологического климата и способствование раскрепощению членов группы.

Задачи:

–развитие умения подключать внутренние резервы для разрешения возникшего конфликта;

– формирование умения регулировать свое психоэмоциональное состояние;

– формирование умения разрешать конфликты.

Оборудование: бейджики, листы А4, ручки или карандаши для всех участников, мяч, бланки методик.

*Упражнение «Правила участников тренинга»*

Цель: принятие правил работы группы.

Ведущий знакомит участников с правилами.

Правила работы:

1. Отвечать искренне.

2. Поднимать руку, чтобы высказаться.

3. Не осуждать, не оскорблять, не критиковать.

4. Обращаться друг к другу по имени.

5. Проявлять активность.

6. Правило «Стоп!» (для тех, кто не хочет отвечать или участвовать в задании).

7. Быть откровенным.

8. Соблюдать «конфиденциальность».

9. Соблюдать правила.

***Упражнение «Атомы и молекулы»***

Атомы (участники группы) хаотично двигаются. По сигналу ведущего они объединяются в молекулы разного размера (2–5 атомов) в течение 10 секунд, пока звучит музыка. Тот, кто не успел объединиться с другими, выбывает. Ведущий до начала включением музыки очередного этапа игры называет состав молекул в атомах так, чтобы один участник оставался лишним (например, участников 10. Ведущий говорит: должно образоваться 3 молекулы в количестве 3, 2, 4 атомов. Таким образом, один участник должен выбыть из игры).

Упражнение сближает участников, раскрепощает, позволяет установить контакт ребят между собой.

*Упражнение «Угадай-ка»*

Ведущий обращается к ребятам с просьбой внимательно взглянуть на всех членов группы, рассмотреть их внешний вид, запомнить особые приметы, кто во что одет. Далее один из подростков закрывает глаза, а остальные поочередно задают ему вопросы о других участниках тренинга:

– Кто одет в синие джинсы?

– На ком белые кроссовки?

– Кто носит очки?

– Кто из ребят с темными волосами?

– Какие глаза у А?

– Какая рубашка у О?

– Какого цвета волосы у твоего соседа справа? и т. д.

Упражнение развивает наблюдательность, способствует сближению членов группы, налаживанию контакта.

**Занятие 8 «Я так решил»**

Цель: принятие взвешенных решений на основе анализа ситуации.

Задачи: развитие умения принимать общее для всей группы решение, достигать консенсуса.

Оборудование: инструкция для каждого участника, листы бумаги, ручки.

Ведущий:

– Ребята, знаете ли вы, что отличает взрослого человека от ребенка? (выслушивает ответы участников группы)

– Правильно, взрослый человек тот, кто понимает и чувствует ответственность за свои поступки, слова, действия; осознает ценность здоровья и жизни своей и чужой. Часто люди оказываются перед сложным выбором, им приходится принимать непростые решения. Сейчас вам представится возможность научиться принимать решение.

Группа делится на две команды. Ребятам раздается инструкция:

Представьте, что вы плывете на корабле в Атлантическом океане. В результате кораблекрушения большая часть корабля и груза пошли ко дну. Корабль медленно тонет. У вас нет возможности отправить сообщение о случившемся, чтобы вас спасли. Вы в нескольких милях видите очертания какого-то острова. У вас имеется спасательная шлюпка с веслами, которая может перевезти вас и оставшийся груз на этот остров. (Далее следует список из 15 предметов, которые еще остались на корабле неповрежденными.) Вы должны расставить эти предметы по степени их значимости для выживания на острове по порядку от 1 до 15, где 1 – это самый нужный предмет, а 15 – наименее значимый из всех. Предметы:

– радиоприемник;

– два ящика конфет;

– навигационный измерительный прибор, используемый определения географических координат местности (секстант);

– спасательный круг;

– один ящик с консервами;

– зеркало;

– пятилитровая емкость с питьевой водой;

– комплект снастей для ловли рыбы;

– сетка против москитов;

– карта Атлантического океана;

– двадцатилитровая канистра с дизельным топливом;

– тридцать квадратных листов строительного пластика;

– ящик соков;

– двадцать метров прочной веревки;

– средство для отпугивания акул.

Помните, что с тем порядком, который представит команда, должны согласиться все ее члены. Затем командам дается 25 минут на обсуждение и принятие коллективного решения. Далее списки обеих команд сравниваются. В случае расхождения происходит обсуждение, и каждая команда аргументирует свое решение. Важно прийти к консенсусу.

Формулировка выводов. Прийти к единому мнению сложно, потому что у каждого человека свое мнение и не всегда оно не совпадает с мнением других людей. Что будет, если каждый будет настаивать на своем мнении? Может произойти конфликт.

Чтобы достичь соглашения:

– не следует считать свое мнение превыше всего; думать логически;

– от своего мнения нельзя отказываться только для того, чтобы предотвратить конфликт; нужно поддерживать только то мнение, с которым вы можете согласиться хотя бы отчасти;

– нужно прислушиваться к мнению оппонента с позиции логики и самому подходить к спору с позиции рассуждения.

*Упражнение «Что у нас общего?»*

Упражнение выполняется в парах. Перед каждым участником стоит задача найти и записать как можно больше сходств со своим партнером. Записи оформляются в виде предложений: «Мы оба общительные», «Мы оба веселые» и т. п.

Выполняя задание, запрещено общаться с партнером. На выполнение задания отводится 5 минут. Рекомендуется включить приятную музыку.

Закончив записывать сходства, ребята передают списки друг другу. Ознакомившись с ним, подростки выражают свое мнение по поводу того, что написал его партнер. В случае несогласия участник вычеркивает из списка не понравившееся ему сходство. Далее следует обсуждение.

Вывод: у всех людей можно найти, что-то общее, какими бы разными они нам не казались.

*Упражнение «Что произойдет, если…»*

Участникам предлагается противоправная ситуация для анализа. Подростки должны записать на листочках последствия совершенного деяния – в одну графу «плюсы», в другую «минусы».

Ситуация 1. «Что произойдет, если я украду мобильный телефон?»

Ситуация 2. «Что произойдет, если я побью одноклассника?»

Ситуация 3. «Что произойдет, если я сделаю ложное сообщение о заложенной бомбе?»

Развитие самоанализа, рефлексии.

Всем членам группы предлагается записать на листочке А4 по 5 черт характера или качеств, которые они считают положительными и негативными. Затем ребята приступают к обсуждению.

***Упражнение «Комплимент»***

Дети рассаживаются в круг. У одного в руках мяч, который он бросает другому участнику, тот бросает мяч обратно, делая комплимент бросившему. Подросток может бросать мяч столько раз, сколько пожелает. Далее мяч передается другому участнику. И так до тех пор, пока каждый из ребят не услышит комплимент в свой адрес.

Рефлексия и окончание занятия.

Подведение итогов:

– Что было для вас наиболее интересным/сложным?

– Что интересного узнали сегодня?

– Какие выводы вы для себя сделали?

– Оправдались ли ожидания (опасения) от тренинга?

**Занятие 9 «Наша сказка»**

Цель: снижение уровня конфликтности.

Задачи:

– создание доброжелательной, творческой обстановки;

– расширение сферы бесконфликтного взаимодействия символическими способами.

Оборудование: бейджики, листы А3, масляная постель.

*Упражнение «Сказка по кругу»*

Участников 5–6 человек, каждый из участников выбирает себе сказочного персонажа, рисует его. Затем по часовой стрелке передает свой рисунок следующему участнику тренинга, который в свою очередь дорисовывает новые объекты. С каждым новым обменом ставится новая творческая задача. В результате выясняется скорость включенности в процесс взаимодействия, формируется умение создать поведенческий сценарий при условии плодотворного сотрудничества. В получаемом рисунке выделяют приоритетные изображения (локальные пятна: большие или яркие изображения чего- или кого-либо; или нейтральные пятна: небольшие и незначимые изображения, не оказывающие большого влияния на сюжет сказки). Завершает сюжет картины тот же участник с кого начиналась сказка. Затем происходит обсуждение и обзор творческих работ.

**Занятие 10 «Золотое сечение»**

Цель: представление себя на качественно новом уровне, как идеального человека.

Задачи:

– актуализация «образа-я»;

– привлечение всех возможных субъективных ресурсов.

Оборудование: бейджики, листы ватмана, масляная пастель, краски.

*Упражнение «Человек – звучит гордо»*

Проекция на основе знаменитого эскиза Леонардо да Винчи используется нами для создания портрета. Эскиз выбран для работы по причине того, что он является критерием подхода художников эпохи Возрождения к личности человека, где человек – идеал духа, воли, совершенный во внешних и внутренних проявлениях. Участникам (2 человека) предлагается создать на фоне эскиза портрет человека, вставшего на путь самоактуализации, открытого новым формам выражения эмоций, человека, у которого обостренное чувство жизни, воли к самосовершенствованию, с привлечением всех ресурсов, эмоциональных, когнитивных и поведенческих. В завершение работы над созданием портрета совершенного человека предполагается принятие новых «совершенных» форм и качеств, что должно позволить улучшить у участников самооценку и отношение к окружающему социуму.

**Занятие 11 «Жизнь без агрессии»**

Цели:

– предупреждение и преодоление агрессивного, конфликтного поведения;

– развитие коммуникативной культуры поведения подростков и формирование навыков саморегуляции;

– позитивные способы действия в различных конфликтных ситуациях.

Задачи:

– развитие навыков управления своим эмоциональным состоянием;

– обучение способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов;

– накопление психологических знаний о безопасных способах выражения агрессии;

– формирование позитивной моральной позиции, жизненных перспектив и планирование будущего.

Оборудование и материалы: листы бумаги, карандаши, карточки с названиями чувств, мячик.

Ожидаемые результаты:

– снижение агрессивности через развитие у подростков конструктивных способов разрешения различных жизненных ситуаций;

– развитие сотрудничества, взаимопомощи и групповой сплоченности;

– понимание важности социальной востребованности личности в социуме;

– мотивация подростков к анализу собственных поступков.

Контингент участников:учащиеся 8–9 классов (10–12 участников).

Продолжительность тренинга – 60 минут.

*Упражнение «Поднимите руку»*

– Поднимите левую руку те, у кого сегодня хорошее настроение.

– Поднимите правую руку те, у кого настроение сегодня плохое.

– Поднимите обе руки те, у кого случалось, что в один день бывает и хорошее и плохое настроение.

– Поднимите руку те, у кого никогда не было плохого настроения.

– Как вы думаете, нормально ли то, что иногда мы бываем в плохом настроении? (ответы)

– Нормально ли то, что мы иногда злимся? (ответы)

– Как мы себя ведем, когда нас что-то разозлило? (ответы)

– Как можно назвать такое поведение? (ответы)

*Беседа-дискуссия «Что же такое агрессия?»*(10 минут)

– Как вы думаете, что такое агрессия? (ответы участников, резюме ведущего).

Агрессия – это поведение или действие, направленное на нанесение физического или психологического вреда другим людям.

– Как часто мы ведем себя агрессивно? (ответы)

*Мозговой штурм «Как мы можем преодолевать состояние агрессии?»*(10 минут)

Участники по очереди называют приёмы и способы снятия агрессивного состояния. Ведущий записывает на доске все варианты и предлагает разделить их на две части (разрушительные и неразрушительные, опасные и неопасные и т. п.).

Обсуждение с детьми. Участники дают определение каждому новому «списку» приемов и способов снятия агрессивного состояния.

Резюме: нужно учиться контролировать себя!

*Упражнение «Чувства»*

Цель: умение выражать эмоции, чувства в коллективе.

Все участники делятся на подгруппы по 5–6 человек.

Ведущий раздает каждой подгруппе карточки, на которых обозначены человеческие эмоции:

1) радость,

2) гнев,

3) безразличие,

4) разочарование,

5) негодование,

6) возмущение,

7) поддержка,

8) заинтересованность.

Каждая подгруппа, получившая карточку, должна подготовить небольшое выступление перед остальными участниками тренинга, с описанием ситуации в школе, когда использование данных чувств было бы целесообразно (уместно). Другие члены группы дополняют выступления других участников.

Рефлексия(5 минут)

*Упражнение «Незаконченные предложения»*

Участникам предлагается по очереди продолжить предложения:

– Я сегодня узнал, что…

– Оказывается, что можно…

– Самым важным для меня стало…

**Занятие 12 «Воспитание ненасилием в семье»**

Цели: актуализация проблемы ненасилия в семейном воспитании, побуждение родителей к тому, чтобы они задумались о стиле взаимоотношений со своими детьми.

Задача: убеждение родителей во вреде насилия над детьми и преимуществах ненасильственных методов семейного воспитания.

Участники: родители учащихся, социальный педагог и педагог-психолог.

***Анкета для родителей***

*Согласны ли вы со следующими утверждениями?*

*1. Ребенка можно шлепнуть, потому что боль невелика, а польза несомненна.*

*2. Меня в детстве тоже порой поколачивали, но это мне не повредило.*

*3. Ребенка можно ударить только тогда, когда уже нет других способов воздействия.*

*4. Порой так рассердишься-разъяришься, что нет сил вытерпеть детскую наглость и рука сама поднимается.*

*5. Чтобы наставить дитя «на путь истинный», применять средства физического наказания можно и нужно.*

*6. Как бы я ни был(а) рассержен(а) и возбужден(а), я всегда могу удержаться, чтобы не ударить ребенка.*

*Варианты ответов:*

*а) да,*

*б) затрудняюсь ответить,*

*в) нет.*

1. **Социальный педагог**. Родители разделяются на 3 группы (при помощи разноцветных кружков). Количество людей в группе – 3 человека. Каждой группе дается тема для разработки:

– Каковы последствия физического и психического насилия над детьми?

– Как обойтись без унижающих наказаний?

– Если наказывать, то как?

Каждая группа работает над проблемой, ответы записываются на листах бумаги А4. Далее идет обсуждение работы каждой группы (листы А4 вывешиваются).

1. Рекомендации для родителей «Как избежать наказаний».

***Упражнение 1***

Цель: стабилизация психических процессов, снятие эмоционального и телесного напряжения, развитие умения быстро переключаться с активной деятельности на пассивную.

Психолог держит три вырезанные из бумаги и наклеенные на картон цветные ладошки – красную, оранжевую, зелёную.

а) Ведущий предлагает учащимся провести ассоциацию эмоции с цветом ладошки (оранжевый – радость, красный – грусть, зелёный – спокойствие).

Психолог меняет ладошки, учащиеся учатся быстрой смене выражения лица: грусть – радость – спокойствие. Объясняется взаимосвязь внешних эмоций и внутреннего состояния.

б) **Социальный педагог**. Приветствие. Участники группы хаотично передвигаются по классу. Каждый из ребят должен поздороваться как можно с большим количеством играющих. Здороваться надо разными способами: если поднимают красную ладонь – надо помахать рукой, оранжевую – поздороваться за руку, зелёную – пожать плечами.

в) Социальный педагог предлагает показать, как можно снять напряжение. Красная ладонь – танцевать, оранжевая – рвать бумагу, зелёная – надувать шарик (упражнения на дыхание).

*Упражнение 2 «Цветная проволока»*

Цель: снижение уровня агрессии, обучение конструктивным способам разрешения конфликтов.

**Социальный педагог.** Возьмём проволоку (разной длины – 15, 25, 30 см). Делаем фигуру своего настроения (цветок, машину, геометрическую фигуру).

Представьте себя проволокой (напряжение), изобразите фигуру, образ.

*Упражнение 3 «Волшебное дерево»*

**Психолог.** Есть на свете дерево. Если мы вложим в него свое тепло, доброту, нежность, любовь, радость, то дерево станет сказочным.

Необходимые материалы: лист ватмана, листочки, клей, ножницы, карандаши и ручки по количеству играющих.

Давайте вырастим свое волшебное деревце.

Вот большой лист бумаги. Давайте сделаем дерево волшебным. Вы уже знаете, что для этого нужно передать листу частичку своего тепла.

Чтобы лепесток был волшебным, в него необходимо заключить доброе пожелание близкому человеку. Пожалуйста, прочитайте ваши пожелания, написанные на обороте лепестков.

Дорогие волшебники, вы создали чудесные лепестки с добрыми пожеланиями. Теперь приклейте, пожалуйста, кончик лепестков в середине цветка.

Вот мы и создали Волшебное дерево, исполняющее желания. Наше дерево создано для того, чтобы нести радость.

*Мини-релакс «Виртуальное путешествие».*

Цель: профилактика эмоционального выгорания, снижение психоэмоционального напряжения.

Оборудование: картинки, мультимедийная установка, видеопейзажи (жёлтое поле, бирюзовое море, жёлтый песок, цветущий сад, горящий камин, горы, покрытые лесами), вырезки из журналов, фотографии, запись звуков природы.

1. **Психолог**. Представьте себя в лагуне. Вы плывёте в тёплом синем море под бездонным голубым небом. (Эффект – полная релаксация).

2. Выйдя на берег, вы нежитесь на тёплом жёлтом песке, впитывая всем телом золотистую энергию солнца и земли. (Нервная система наполняется жизненной силой природы).

3. Потом вы видите себя: вы идёте по цветущему розово-белому благоухающему весеннему саду, полной грудью вдыхаете энергию зарождающейся жизни зелёных листков. (Появляется состояние самоутверждения, защищённости, удовлетворения, самодостаточности. Происходит стимулирование дыхательной, нервной, сердечно-сосудистой и иммунной систем).

4. Вечереет, вы направляетесь в свой собственный дом, где тепло и уютно, потрескивает камин и горят декоративные красно-оранжевые свечи. Через открытые окна из сада доносится пение вечерних птиц. Вы долго смотрите на яркие оранжево-красные языки пламени. (Ваше тело становится бодрым и лёгким, оно жаждет жизни, освобождаясь от тягот и забот, стирая все реальные негативы).

**Занятие 13 «Семейные ценности»**

Цели: формирование у участников представления о семейных ценностях в современных семьях.

Задачи: обсуждение с учащимися, что такое семья, семейные ценности; обучение учащихся способам взаимодействия в семье; воспитание любви к семье; сплочение класса.

Ожидаемые результаты:

– формирование благоприятного эмоционально-психологического климата и нравственной атмосферы в группе;

– снятие напряжения;

– развитие эмпатии;

– закрепление семейных ценностей.

Оборудование:компьютер,презентация, листы бумаги А4, карандаши цветные, заготовки «Дерева семейных ценностей», видеоролик.

Контингент участников: учащиеся 6–7 классов.

**Организационный этап**

Здравствуйте! Очень приятно вас видеть. У каждого человека есть безусловные ценности, то есть то, что при любых обстоятельствах он будет хранить, защищать, отстаивать.

*Просмотр видеоролика «Моя семья»*

В разные времена у разных народов эти ценности могут быть разными, но есть одна ценность, которая значима для любого народа в любое время. Это семья. Ученые считают, что человек стал настоящим человеком, когда сформировалась семья. Именно в семье человек получает любовь и заботу, первые уроки доброты и ответственности, именно семья становится для человека, потерявшего себя, опорой и надеждой на возрождение.

**Основной этап**

*Упражнение «Ассоциация»*

У каждого свое представление о семье. Какие ассоциации с этим словом возникают у вас?

• Если семья — это **здание**, то какое…

• Если семья — это **цвет**, то какой…

• Если семья — это **музыка**, то какая…

• Если семья — это **геометрическая фигура**, то какая…

• Если семья — это **настроение**, то какое…

***Упражнение «Семейные ценности»***

*Просмотр фильма «Семейные ценности»*

После просмотра фильма следует его обсуждение:

– О какой важной ценности рассказывает автор?

*Составление модели «Идеальная семья»*(работа в группах):

1 группа «Идеальный папа»,

2 группа «Идеальная мама»,

3 группа «Идеальный сын»,

4 группа «Идеальная дочь».

Задача – составить список, который характеризует: идеальную маму для юношей, идеального папу для девушек, идеального сына идеальную дочь для родителей.

Затем списки зачитываются. Участникам предлагается обсудить, соответствуют ли списки задаче, что из списка бы хотелось взять в первую очередь, чтобы приблизиться к образу идеального отца, сына, идеальной мамы, дочери.

Вывод: идеала в мире нет, и недостатки есть у всех, но от этого родители не перестают любить своих детей, а дети родителей.

*Разминка «Шум дождя»*(звучит мелодия)

*Упражнение «Дерево с семейными ценностями» (работа в группах)*

Цель: определение семейных ценностей.

Каждый получает заготовку в виде листочка и примерный перечень возможных ценностей (чтобы участникам было легче сориентироваться). Каждый пишет важные для него семейные ценности. Клеится листочек на дерево, нарисованное на ватмане.



*Перечень возможных семейных ценностей:*уважение, забота о каждом члене семьи, семейное проведение праздников, финансовая обеспеченность, здоровье, любовь, взаимопонимание, общие цели, семейные традиции, общее хобби, образование, связь поколений, совместное проведение выходных, праздничных дней, комфортабельное жилье, дети, занятия спортом, высокооплачиваемая работа, наличие общих друзей, совместные путешествия, знания, преданность, достоинство, творчество, честь, красота, счастье, развлечения, физическая сила, совместный труд, принципы, магистратура, верность, карьерный рост, доверие.

Обсуждение.

*Викторина «И в шутку и всерьёз»*предлагается в заключение:

1. Какое выражение стало символом большой семьи:

а) трое в лодке,

б) четверо за компьютером,

в) пятеро в ванной,

г) семеро по лавкам.

Большая семья включает много детей, родственников со стороны мужа или жены с их семьями и так до бесконечности. Выражение «семеро по лавкам» используется в речи с тех времен, когда избы были оснащены скамьями-лавками, расставленными по периметру, где и рассаживались все поколения рода, да и гостям место было. Потому лодку, компьютер и ванну исключаем, а традиционное выражение «семеро по лавкам» является ответом для викторины.

2. Есть буквенная семья, в которой, согласно многочисленным стихам,

«33 родных сестрицы». Что это за семья? (алфавит)

3. Какой цветок является символом семьи? (ромашка)

4. Какое растение олицетворяет собой одновременно и родного, и приёмного родственника? (мать-и-мачеха)

5. О какой русской игрушке эти слова: «Она олицетворяет идею крепкой семьи, достатка, продолжения рода, несёт в себе идею единства»? (о матрёшке)

6. Как звучит русская «фруктовая» пословица о том, кто унаследовал плохое, неблаговидное поведение от отца или матери? (Яблоко от яблони недалеко падает).

7. Какую погоду не в силах предсказать синоптики? (в доме)

8. На Руси, когда вся семья собиралась за новогодним столом, дети связывали ножки стола лыковой верёвкой. Что символизировал этот новогодний обычай? (это означало, что семья в наступающем году будет крепкой и не должна разлучаться).

**Подведение итогов**

**Рефлексия**

– Чем полезна именно для вас данная встреча?

– Что является самым важным из того, что вы сегодня узнали?

– А какой же основной секрет семейной жизни?

(Все очень просто: Дарить друг другу радость!)

Релакс.Тёплое летнее утро. Вы находитесь в очень красивом месте в лесу. Вы лежите на мягкой траве, над вами чистое голубое небо и ласковое солнце. Вокруг тихо и спокойно, вы дышите ровно и легко. Вы смотрите в небо и видите большую прекрасную радугу. Она переливается яркими цветами. Это не простая радуга, она волшебная. Она опускается на землю рядом с вами. Радуга светится необычным тёплым светом. Этот свет согревает вас. Ваши ручки становятся тёплыми, ваши ножки становятся тёплыми. С этим теплом вы чувствуете себя сильными, счастливыми, самыми лучшими. Но вот радуга улыбнулась – она прощается с вами. Потянитесь и на счёт «раз–два–три» откройте глаза.

**Ритуал прощания.** Мы завершаем наш тренинг. Спасибо, мне было приятно с вами заниматься.

**Занятие 14 «Саморегуляция»**

Чтение притчи «Мешок картошки»

Ученик спросил учителя:

– Ты такой мудрый. Ты всегда в хорошем настроении, никогда не злишься. Помоги и мне быть таким.

Учитель согласился и попросил ученика принести картофель и прозрачный пакет.

– Если ты на кого-нибудь разозлишься и затаишь обиду, – сказал учитель, – то возьми этот картофель. С одной его стороны напиши своё имя, с другой имя человека, с которым произошёл конфликт, и положи этот картофель в пакет.

– И это всё? – недоумённо спросил ученик.

– Нет, – ответил учитель. – Ты должен всегда этот мешок носить с собой. И каждый раз, когда на кого-нибудь обидишься, добавлять в него картофель. Ученик согласился...

Прошло какое-то время. Пакет ученика пополнился ещё несколькими картошинами и стал уже достаточно тяжёлым. Его очень неудобно было всегда носить с собой.

К тому же тот картофель, что он положил в самом начале, стал портиться, покрылся скользким налётом, некоторый пророс, некоторый зацвёл и стал издавать резкий неприятный запах.

Ученик пришёл к учителю и сказал:

– Это уже невозможно носить с собой. Во-первых, пакет слишком тяжёлый, а во-вторых, картофель испортился. Предложи что-нибудь другое.

Но учитель ответил:

– То же самое происходит и у тебя в душе. Когда ты на кого-нибудь злишься, обижаешься, то у тебя в душе появляется тяжёлый камень. Просто ты это сразу не замечаешь. Потом камней становится всё больше.

Поступки превращаются в привычки, привычки – в характер, который рождает зловонные пороки. И об этом грузе очень легко забыть, ведь он слишком тяжёлый, чтобы носить его постоянно с собой.

Я дал тебе возможность понаблюдать весь этот процесс со стороны. Каждый раз, когда ты решишь обидеться или, наоборот, обидеть кого-то, подумай, нужен ли тебе этот камень.

Наши пороки порождаем мы сами. А нужно ли вам таскать мешок испорченной картошки за спиной?

В процессе трудовой и общественной деятельности учитель взаимодействует с другими участниками школьной жизни. При этом конфликты – явление неизбежное. А вот как разрешится конфликтная ситуация, во многом зависит от учителя.

*Упражнение-активатор «Обзывалки»*

Цель:знакомство с игровыми приемами, способствующими разрядке гнева в приемлемой форме при помощи вербальных средств.

Участники передают по кругу мяч, при этом называют друг друга разными необидными словами. Это могут быть названия деревьев, фруктов, овощей, грибов, рыб, цветов… Каждое обращение обязательно должно начинаться со слов «А ты…». Например: «А ты – редиска!»

В заключительном круге участники обязательно говорят своему соседу что-нибудь приятное, например: «А ты – моя радость!»

Примечание: игра полезна, если проводить ее в быстром темпе.

Обсудить с участниками, какие эмоции вызвало упражнение, подвести к тому, что если слова были бы обидными, то, вероятно, это вызвало бы агрессию и раздражение.

*Беседа «Что такое агрессия?»*

Агрессия (от лат. нападение) – индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического ущерба либо на уничтожение другого человека или группы людей.

Агрессия – это эмоция, которая выполняет функции адаптации, то есть приспособления к окружающей среде.

Попросить участников поднять руки сначала тех, кто считает, что агрессия – положительное явление, а затем тех, кто считает, что она отрицательно влияет на человека.

В современной психологической науке выделяется два типа агрессии: ситуативная (считается в пределах нормы, проявляется лишь как ответная реакция на определенную ситуацию); надситуативная (отрицательная, выходящая за пределы нормы).

*Упражнение «Варианты общения»*

Цель: применение разных вариантов общения.

Участники разбиваются на пары.

*«Синхронный разговор».* Оба участника в паре говорят одновременно в течение 10 секунд. Можно предложить тему разговора, например «отпуск». По сигналу разговор прекращается.

*«Игнорирование».* В течение 30 секунд один участник из пары высказывается, а другой в это время полностью его игнорирует. Затем они меняются ролями.

*«Спина к спине».* Во время упражнения участники сидят друг к другу спиной. В течение 30 секунд один участник высказывается, а другой в это время слушает его. Затем они меняются ролями.

*«Активное слушание».* В течение одной минуты один участник говорит, а другой внимательно слушает его, всем своим видом показывая заинтересованность в общении с ним. Затем они меняются ролями.

Вопросы:

1. Как вы себя ощущали во время проведения первых трех упражнений?

2. Не казалось ли вам, что вы слушаете с усилием, что это не так просто?

3. Что мешало вам чувствовать себя комфортно?

4. Как вы себя ощущали во время последнего упражнения? Что помогает вам в общении?

Вывод: упражнения показали нам, что не всегда в процессе общения люди понимают друг друга, вследствие чего возникают конфликты.

*Беседа «Поведение и причины агрессии»*

Рассмотрим примеры агрессии человека и животных, обсудим причины такого поведения (участники могут приводить примеры из своей жизни): агрессия матери, защищающей своего ребенка; агрессия кошки при виде чужих; агрессия человека, которому наступили на ногу; агрессия собаки, которую бьют; агрессия человека на назойливого собеседника.

Как вы думаете, есть ли агрессии место во взаимоотношениях людей?

Всем людям в той или иной форме присуще агрессивное поведение, и многие воспринимают агрессию как достойный способ отношении с другими людьми. Некоторые люди либо не осознают некоторые формы агрессии в отношениях с другими людьми, либо, в силу определенных требований и норм воспитания, подавляют ее в себе.

Чему важно научиться для того, чтобы стать менее агрессивным?

Важно, во-первых, научиться распознавать и регулировать некоторые формы своего поведения, а во-вторых, разряжать подавленную агрессию в приемлемых формах. Агрессия присуща всем людям без исключения, так как она есть результат гормональных реакций организма и естественная защитная реакция. Поэтому проявлять агрессию очень легко, а преодолевать и заменять ее другими формами поведения гораздо сложнее.

Упражнение «Ужасно-прекрасный рисунок»

Цель: стимулирование группового процесса, разрядка, выражение агрессии.

Материалы: листы бумаги, фломастеры.

Процедура: участникам раздается по листку бумаги и по одному фломастеру. Предлагается нарисовать «прекрасный рисунок». После этого рисунок передается соседу справа, и тот делает из полученного рисунка в течение 30 секунд «ужасный рисунок» и передает следующему. Следующий участник делает «прекрасный рисунок». Так рисунок проходит весь круг и возвращается хозяину.

Обсуждение.

*Беседа «Виды агрессии»*

*Прямая агрессия*

*Вербальная*(словесная) – когда насмешничают, иронизируют, обзываются, ругаются матом и т. д.

*Физическая* – когда дерутся, толкаются, колют друг друга острыми предметами, дергают за волосы и т. д.

*Материальная*– когда вымогают деньги или другие вещи, воруют, портят личное имущество и т. д.

*Косвенная агрессия*

*Частичное игнорирование* – непринятие в некоторые виды деятельности (игры, разговоры и т. д.).

*Полное игнорирование* – бойкот.

Другие виды психологического давления – когда заставляют делать за кого-то домашнее задание, давать списывать, принуждают к каким-то действиям и др.

*Практическое задание «Модальность»*

Попробуйте снова почувствовать себя подростком или старшеклассником. Какие слова они чаще всего слышат в школе и дома? Примерно следующие: «Ты должен хорошо учиться!», «Ты должен думать о будущем!», «Ты должен уважать старших!», «Ты должен слушаться учителей и родителей!»

Почти нет обращений, построенных в *модальности возможного*: «Ты можешь... », «Ты имеешь право... », «Тебе интересно... ».

А теперь займите позицию родителя, да и учителя тоже. Что вы говорите о себе, обращаясь к подростку? А говорите вы следующее: «Я могу тебя наказать... », «У меня есть полное право... », «Я знаю, что делать... », «Я старше и умнее... », «Мне лучше знать… ».

Что же получается в результате? Происходит отчетливо выраженное противоречие в модальности обращения к подростку.  Те речевые средства, которые направлены на него, формируются *в модальности долженствования*, а что касается самих взрослых (учителей, родителей) – *в модальности возможного*. Ребята понимают, что они *«не могут ничего»,* для них – одни запреты, *они только должны*, а взрослые – *«могут все»,* у них – *полная свобода действий.*

Эта очевидная несправедливость обостряет взаимодействия подростков со взрослыми и в ряде случаев выступает причиной конфликтов. Нельзя забывать также, что модальность долженствования вообще тяжело переносится человеком, ее ощущение вызывает у него тревожные, стрессовые состояния, страх оказаться несостоятельным и не «вытянуть» возложенной на него тяжелой ноши долга. Безусловно, такие отношения необходимо свести к минимуму.

Давайте попробуем!

***Типичная фраза:*** «Ты должен хорошо учиться!»

***Как необходимо говорить:*** «Я уверен, что ты можешь хорошо учиться».

***Типичная фраза:*** «Ты должен думать о будущем!»

***Как необходимо говорить:*** «Интересно, каким человеком ты хотел бы стать? Какую профессию планируешь выбрать?»

А теперь поупражняйтесь самостоятельно. На бланках перед вами слева даны типичные фразы, которые взрослые часто говорят подросткам и юношам. Справа напишите другие фразы, в которых модальность долженствования переведите в модальность возможного при сохранении общего смысла высказывания:

– «Ты должен уважать старших!»

– «Ты должен слушаться учителей и родителей!»

– «Мы в твои годы жили гораздо хуже!»

– «Ты должен навести порядок в своей комнате»

– «Сколько можно бездельничать!»

– «Ты должен, наконец, заняться учебой!»

– «Ты должен говорить правду!»

– «Ты должен поиграть с младшей сестрой!»

*Упражнение «Все у кого»*

Цель: формирование чувства общности, формирование доброжелательного отношения друг к другу, разминка.

Процедура: участники садятся в круг на стульчики и по очереди предлагают выполнить какое-либо действие тем детям, у которых есть что-то общее. Если дети еще не знакомы с игрой, психолог первые несколько раз сам выступает в роли ведущего и дает детям задания:

– Пускай постоят на правой ноге все, у кого сегодня хорошее настроение.

– Пусть поднимут обе руки те, у кого карие глаза.

– Пусть коснутся кончика носа все, у кого есть что-то розовое в одежде.

– Пусть погладят себя по голове те, кто съел весь завтрак.

– Пусть улыбнутся те, у кого есть в доме животные.

– Пусть скажут «гав» те, кто живет в частном доме.

– Пусть похлопают в ладоши все, кому понравилось сегодняшнее занятие.

Обсуждение вариантов ответов

Рекомендация: не забывайте, что следует избегать общения с ребенком, находясь в другой комнате, повернувшись лицом к плите или к раковине с посудой; смотря телевизор, читая газету; сидя, откинувшись на спинку кресла или лежа на диване. Ваше положение по отношению к нему и ваша поза – первые и самые сильные сигналы о том, насколько вы готовы его слушать, и залог того, что он вас точно поймет и услышит или наоборот.

*Рефлексия:*

1. Что больше всего понравилось?
2. Что не понравилось совсем?
3. Что нового узнали?
4. О чем бы еще хотели узнать?
5. Что, на ваш взгляд, было лишним?
6. Какая форма работы, приемы, советы понравились и запомнились больше всего, какие из них желали бы использовать?
7. Как бы трудно вам ни было, не оставляйте его одного на этом участке жизненного пути, станьте его «проводником». Тяжелый жизненный период пройдет, а вашу помощь ребенок никогда не забудет. Успехов вам и вашим детям, которые уже и не дети вовсе, но еще и не взрослые.

**ГЛОССАРИЙ**

Агрессия — мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности).

Агрессивность — черта характера, выражающаяся во враждебном отношении человека к людям, к животным, к окружающему миру.

Агрессивное поведение – поведение, нацеленное на подавление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Адаптация — процесс приспособления к требованиям окружающей среды.

Адекватность поведения — согласованность поведения с конкретной ситуацией, условиями.

Аддиктивное (зависимое) поведение — поведение, связанное с психологической или физической зависимостью от употребления какого-либо вещества или от специфической активности, с целью изменения психического состояния.

Аддикция — зависимость.

Антисоциальное поведение — поведение, противоречащее социальным нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей.

Асоциальное поведение — поведение, уклоняющееся от выполнения морально-нравственных норм.

Аттитюд — социальная установка — ориентация личности на групповые или социальные ценности, готовность действовать в соответствии с ними.

Арт-терапия — современный и мягкий способ психотерапии в социально-психологической реабилитации людей.

Аутистическое поведение — поведение, проявляющееся в виде непосредственной отгороженности от людей и окружающей действительности, погруженности в мир собственных фантазий.

Аутодеструктивное поведение — поведение, связанное с причинением себе вреда, разрушение своего организма и личности.

Гендер — пол.

Гэмблинг — игровая зависимость.

Девиантология — раздел науки, изучающей девиации.

Девиация — отклонение от нормы.

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

Дезадаптация— состояние сниженной способности (нежелания, неумения) принимать и выполнять требования среды как личностно значимые, а также реализовать свою индивидуальность в конкретных социальных условиях.

Деликт — действие, нарушающее правовые нормы.

Делинквентное поведение — действия конкретной личности, отклоняющиеся от установленных в данном обществе и в данное время правовых норм, угрожающие общественному порядку.

Деструктивное поведение — поведение, причиняющее ущерб, приводящее к разрушению.

Детерминация поведения — совокупность факторов, вызывающих,

провоцирующих, усиливающих и поддерживающих определенное поведение.

Зависимость — стремление полагаться на кого-то или что-то в целях получения удовлетворения или адаптации.

Защитное поведение — действия, посредством которых люди избегают боль и фрустрацию в социальных отношениях.

Интервенция — воздействие с целью позитивных изменений, например, преодоление нежелательного поведения (коррекция поведения, реабилитация личности).

Интерактивное обучение – это специальная форма организации познавательной деятельности, способ познания, осуществляемый в форме совместной деятельности обучающихся, при которой все участники взаимодействуют друг с другом, обмениваются информацией, совместно решают проблемы, моделируют ситуации, оценивают действия других и свое собственное поведение, погружаются в реальную атмосферу делового сотрудничества по разрешению проблемы.

Классическое обусловливание (условный или респондентный рефлекс) — это научение условной реакции (реакции на индифферентный стимул), соединенной во времени и пространстве с безусловным стимулом (вызывающим врожденные реакции организма).

Клептомания — патологическое воровство.

Компульсивное поведение — поведение или действие, предпринимаемое для интенсивного возбуждения или эмоциональной разрядки, трудно контролируемое личностью и в дальнейшем вызывающее дискомфорт. Такие паттерны поведения могут быть внутренними (мысли, образы, чувства) или внешними (работа, игра). Компульсивное поведение дает возможность имитации хорошего самочувствия на короткий период, не разрешая внутриличностных проблем.

Конформистское поведение — поведение, лишенное индивидуальности, ориентированное исключительно на внешние авторитеты.

Маргинальностъ — принадлежность к крайней границе нормы, а также к пограничной субкультуре.

Мотивированность поведения — внутренняя готовность действовать, регулируемая ведущими потребностями, ценностями и целями личности.

Наркомания — непреодолимая потребность человека в систематических приемах наркотических средств для достижения чувства физического и психического наслаждения или для избежания тяжелого соматопсихического дискомфорта при отсутствии наркотического вещества.

Нарциссическое поведение — поведение, управляемое чувством собственной грандиозности, обращением либидо на себя, а также повышенной потребностью в подтверждении своей значимости извне.

Научение — процесс приобретения и сохранения определенных видов поведения на основе реакции на возникшую ситуацию.

Оперант — поведение, определенное своим последствием.

Оперантное обусловливание — выработка условной реакции (научение) благодаря последствиям поведения и самоподкреплению.

Оперантное поведение — поведение, которое оперирует в окружающей среде, производя последствия.

Патологическое поведение — отклоняющееся от медицинских норм, проявляющееся в форме конкретных симптомов, снижает продуктивность и работоспособность личности, вызывает сочувствие или страх окружающих.

Пиромания — патологическое влечение к поджогам.

Поведение — процесс взаимодействия личности со средой, опосредованный индивидуальными особенностями и внутренней активностью личности, имеющий форму преимущественно внешних действий и поступков. В структуру человеческого поведения входят: мотивация и целеполагание, эмоциональные процессы, саморегуляция, когнитивная переработка информации, речь, вегето-соматические проявления, движения и действия. Основные формы поведения: вербальное и невербальное, осознаваемое и неосознаваемое, произвольное и непроизвольное.

Превенция — воздействие с целью предупреждения, профилактики нежелательного явления.

Продуктивность поведения — степень реализации в поведении сознательных целей личности.

Психологическая защита — бессознательные механизмы уменьшения или устранения любого изменения, угрожающего цельности и устойчивости индивида.

Релаксация — расслабление.

Ретризм — уход от выполнения социальных норм, от социального взаимодействия.

Социальные отклонения — нарушения социальных норм, которые характеризуются массовостью, устойчивостью и распространенностью, например, преступность или пьянство.

Социопатическая личность — антисоциальная личность, испытывающая дефицит доверия и враждебность к окружающим людям, не способная устанавливать длительные близкие отношения, активно использующая силу и манипуляции для достижения своих целей.

Социально- психологический тренинг — теория и практика группового психокоррекционного или психотерапевтического воздействия на людей, рассчитанного на избавление их от каких-либо проблем психологического характера, исправление поведения или улучшение состояния здоровья.

Суицид — умышленное лишение себя жизни.

Суицидальное поведение — осознанные действия, направляемые представлениями о лишении себя жизни.

Табакокурение — хроническая интоксикация организма.

Токсикомания — заболевание, проявляющееся психической, а иногда и физической зависимостью от лекарственных и нелекарственных веществ ненаркотического спектра.

Толерантность — терпимость, переносимость чего-либо, устойчивость к воздействию.

Тренинг — форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении.

Фанатическое поведение — поведение, выступающее в форме слепой приверженности к какой-либо идее, взглядам.

Фрустрация — психическое состояние, связанное с препятствием на пути достижения цели или невозможностью удовлетворить потребности.

**Литература**

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. СПб.: Питер, 2006. 271 с.

2. Басин Е. Я., Крутоус В. П. Философская эстетика и психология искусства: учебное пособие для студентов вузов. М.: Гардарики, 2007. 286 с.

3. Бишоп Сью. Тренинг ассертивности / пер. с англ. А. Маслова. СПб.: Питер, 2001. 203 с.

4. Браткин А., Скоробогатова И. Чемоданчик тренера: 10 продаваемых тренингов. М.: Генезис, 2006. 206 с.

5. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учебное пособие. М.: Ось-89, 2000. 224 с.

6. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учебное пособие для вузов. М.: Ось-89, 2005. 256 с.

7. Выготский Л. С. Психология искусства. Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 1998. 480 с.

8. Гоголева А. В. Аддитивное поведение и его профилактика : учебно-методическое пособие. М.: Московский псих.-соц. ин-т; Воронеж: МОДЭК, 2002. 240 с.

9. Грецов А. И. Тренинг общения для подростков: методическое пособие. СПб: Питер, 2008. 160 с.

10. Гусева Н. А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. СПб.: Речь, 2005. 256 с.

11. Ежова Н. Н. Научись общаться: коммуникативные тренинги. Ростов н /Д: Феникс, 2006. 250 с.

12. Евтихов О. Л. Практика психологического тренинг. СПб.: Питер, 2005. 254 с.

13. Жуков Ю. М. Коммуникативный тренинг. М.: Гардарики, 2004. 223 с.

14. Занюк С. С. Психология мотивации. Теория и практика мотивирования. Мотивационный тренинг. Киев: Эльга-Н.; Ника-Центр, 2002. 351 с.

15. Козлов Н. И. Формула личности. СПб.: Питер, 1999. 358с.

16. Колесникова Г. И. Психологические виды помощи: психопрофилактика, психокоррекция, психоконсультирование: учебное пособие. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 350 с.

17. Крюкова С. В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие. М.: Генезис, 2000. 198 с.

18. Курбатов В. И. Стратегия делового успеха: учебное пособие. Ростов н/Д: Феникс, 1995. – 415с.

19. Лидерс А. Г. Психологический тренинг с подростками: учебное пособие для вузов. М.: Академия, 2003. 256 с.

20. Лидерс А. Г. Психологический тренинг с подростками: монография. М.: Академия, 2001. 256 с.

21. Матюгин И. Ю. Зрительная память. М.: Эйдос, 1993. 70 с

22. Мейган М. Работа с персоналом: введение в должность / пер. с англ. СПб.: Питер, 2002. 160 с.

23. Митина Л. М. Психология профессионального развития учителя. М.: МПСИ: Флинта, 1998. 204 с.

24. Новейший психологический словарь / под ред. А. С. Шапаря. Ростов н/Д: Феникс, 2005. 808 с.

25. Овчарова Р. В. Психология родительства: учебное пособие для вузов. М.: Академия, 2005. 368 с.

26. Осипова А. А. Общая [психокоррекция](https://pandia.ru/text/category/psihokorrektciya/): учебное пособие. М.: Сфера, 2004. 509 с.

27. Панфилова А. П. Тренинг педагогического общения: учебное пособие для вузов. М.: Академия, 2006. 336 с.

28. Петровская Л. А. Компетентность в общении: социально-психологический тренинг. М.: Изд-во МГУ, 1989. 216 с.

29. Петрушин С. В. Психологический тренинг в многочисленной группе. Методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек. М.: Академический Проект, 2002. 252 с.

30. Психологический тренинг в группе. Игры и упражнения: учебное пособие для вузов. – М.: Ин-т психотерапии, 2005. – 128 с.

31.Сирота Н. А. Профилактика наркомании и алкоголизма: учебное пособие для вузов. М.: Академия, 2003. 176 с.

32. Смит М. Д. Тренинг уверенности в себе / пер с англ. СПб.: Речь, 2002. 244 с.

33. Социальная психология: хрестоматия. М.: Аспект Пресс, 1999. 475 с.

34. Стюарт Д. Оперативный тренинг. СПб.: Питер, 2001. 128 с.

35. Суховершина Ю. В. Тренинг делового (профессионального) общения. М.: Академический Проект; Трикста, 2006. 127 с.

36. Тренинг развития жизненных целей: программа психологического содействия успешной адаптации. СПб.: Речь, 2003. 216 с.

37. Уоллес В. А. Психологическая консультация. СПб.: Питер, 2003. 544 с.

38. Факты и проблемы практики менеджмента. Региональные аспекты: Тезисы докладов региональной научно-практической конференции. Киров: ВГПУ, 1999. 116 с.

39. Хрестоматия по социальной психологии / сост. и авт. ввод. очерков Т. В. Кутасова. М.: МПА, 1994. 221 с.