

**Управление образования города Ростова-на-Дону  
МБОУ ШМС Центр диагностики и консультирования города  
Ростова-на-Дону**

**ОПЫТ РЕАЛИЗАЦИИ  
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПРОГРАММЫ  
«ЛАДЬЯ»  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ  
ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ**

Ростов-на-Дону

2014

Опыт реализации профилактической программы «ЛАДЬЯ» в образовательных учреждениях города Ростова-на-Дону. 2014 г.

Составитель: Суханова О.В.

Редактор – Сидоров А.В.

Ответственный за выпуск - Суханова О.В.

Представленные в брошюре информационно-методические материалы по программе первичной профилактики ВИЧ/СПИДа и рискованного поведения подростков «ЛАДЬЯ» основаны на обобщении и систематизации многолетнего опыта внедрения программы в образовательных учреждениях города Ростова-на-Дону. В брошюре дается характеристика целей, задач, структуры и особенностей программы, описывается опыт работы по программе «Ладья» в общеобразовательных учреждениях, а также на базе социально-реабилитационного центра и детского дома.

Материалы предназначены для руководителей образовательных учреждений, учителей, педагогов-психологов, социальных педагогов.

Центр диагностики и консультирования, 2014

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ «ЛАДЬЯ» .....	5
ИНФОРМАЦИЯ О РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЛАДЬЯ» В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ .....	11
ОПЫТ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЛАДЬЯ» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ,.....	35
ОТЗЫВЫ ПОДРОСТКОВ – УЧАСНИКОВ ПРОГРАММЫ «ЛАДЬЯ».....	39

## **ВВЕДЕНИЕ**

Негативное рискованное поведение (поведение высокой степени риска), которое может быть опасным для подростков, включает употребление спиртных напитков и наркотиков, курение, нарушение правил уличного движения, опасные сексуальные действия, беспорядочную еду, нанесение повреждений самому себе, уход из дома, воровство и другое.

Но многие профилактические программы, реализуемые в настоящее время в рамках информационно-обучающего подхода, не затрагивают фундаментальных причин рискованного поведения, приводящего к употреблению ПАВ и заражению ВИЧ. Они предполагают информирование учащихся о вреде наркотиков о факторах, способствующих заражению, ВИЧ способах защиты и противостояния предложению ПАВ, а также тренировку соответствующих навыков. В результате подросток в той или иной степени усваивает, что можно делать и чего делать не следует. Однако при этом не учитывается, какой человек обладает этими знаниями, каковы его духовно-нравственные ориентиры. Такие «однобокие» программы, направленные исключительно на информирование подростков, не затрагивают подлинных истоков рискованного поведения, не позволяют преодолеть безответственность и ощущение вседозволенности. Более того, создавая иллюзию «защищенности», они не мотивируют человека к благотворным изменениям и, таким образом, девальвируют основную цель профилактики – формирование здоровой личности, способной строить жизнь согласно высоким духовным ценностям.

В этом контексте важное значение имеет обсуждение опыта реализации программы первичной профилактики ВИЧ/СПИДа и рискованного поведения подростков «Ладья» («В ладу с собой»), как одной из попыток ценностно-личностного подхода к профилактике деструктивного рискованного поведения в подростковой среде.

## 1. КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ «ЛАДЬЯ»

Программа первичной профилактики ВИЧ/СПИДа и рискованного поведения подростков «Ладья» («В ладу с собой») разработана авторским коллективом психологов, наркологов, педагогов в составе: Сирота Н.А.(Москва), Воробьева Т.В.(Москва), Ялтонская А.В.(Москва), Рыдалевская Е.Е. (Санкт-Петербург), Яцышин С.М. (Санкт-Петербург), Микляева А.В. (Санкт-Петербург), Кудрявцева Н.В. (Брянск).

Программа имеет множество положительных отзывов и рецензий. Среди них: рецензия к.п.н., профессора кафедры социально-педагогического образования Санкт-Петербургской Академии постдипломного педагогического образования Л.С. Нагавкина, рецензия к.п.н., психолога, тренера И.П. Кутяновой, отзыв д.психол.н., профессора, академика РАО В.В. Рубцова.

В основу программы положены принципы неспецифической профилактики, направленные на формирование у подростков такой системы духовно-нравственных ориентиров, которые, реализуясь в поведении участников программы, сводили бы риски, связанные с употреблением ПАВ, заражением ВИЧ и другие, к минимуму.

### ***Цели и структура профилактической программы «Ладья»***

Программа «Ладья» ориентирована, прежде всего, на воспитание у подростков духовного начала. В качестве системы нравственных ориентиров детям предлагаются принципы православной этики, которые способны стать для них руководством к конструктивному самоопределению и факторами защиты от рискованного поведения. Однако, поскольку программа рассчитана на массовые учебные заведения (школы, средние специальные учебные заведения), где обучаются подростки различных вероисповеданий, организационные формы работы носят сугубо светский характер.

***Целью программы*** является первичная профилактика ВИЧ/СПИДа и рискованного поведения подростков посредством формирования системы духовно-нравственных ориентиров. Для достижения данной цели необходимо решить *ряд задач*:

а) Формирование представлений об этических ценностях; создание условий для интериоризации этих представлений; обеспечение

ассимиляции предлагаемых ценностей нравственным самосознанием подростков; развитие стремления опираться на них при осуществлении жизненных выборов.

б) Информирование подростков о ВИЧ-инфекции и сопряженных с ней проблемах, развитие представлений об основных источниках риска ВИЧ-инфицирования.

в) Формирование психологической компетентности, которая является важным ресурсом духовно-нравственного роста. Эта задача решается путем

- Развития у подростков навыков коммуникации, рефлексии, творческого самовыражения.

- Создания условий для формирования навыков осознания себя как уникальной и полноправной личности, со своими взглядами, убеждениями, ценностями.

- Создания условий для формирования навыков принятия другого человека как такую же уникальную личность, то есть умения устанавливать контакт и строить отношения на основе взаимопонимания, сотрудничества и поддержки.

- Создания условий для формирования навыков принятия ответственности за свои действия, отношения и свою жизнь, развитие самостоятельности.

- Создания условий для формирования навыков самопомощи и взаимопомощи в ситуациях, потенциально опасных с точки зрения реализации стратегий рискованного поведения.

*Содержание программы* структурировано вокруг категорий экзистенциально-нравственного плана, которые так или иначе связаны с проблематикой рискованного поведения:

- счастье
- я и моя жизнь
- мир души
- общение и дружба
- «ты не один»
- мужчина и женщина
- любовь
- семья
- род
- культура

- здоровье,
- ВИЧ/СПИД
- толерантность
- жизнь с болезнью
- зависимость от ПАВ (психоактивные вещества)
- кризис и выход из него
- жизнь и смерть
- добро и зло
- ценности
- цели и смысл
- свобода
- выбор.

Каждая тема прорабатывается в рамках отдельного занятия (при необходимости можно отвести на ту или иную тему несколько занятий), причем любое занятие является законченным по форме, что допускает возможность изменения предложенной последовательности тем.

В программе условно *выделено несколько блоков*:

а) Мотивационно-смысловой. (Занятия 1,2)

Его цель – включение подростков в работу, осознание задач программы, формирование мотивации на участие.

б) Блок, раскрывающий понятия «Я-концепции», общения со сверстниками и противоположным полом, любви, дружбы, полоролевой идентификации, а также понятия семьи, рода и культуры с точки зрения современной психологии и системы духовно-нравственных ценностей. (Занятия 3,4,5,6,7,8,9,10)

с) Блок, касающийся жизненных кризисов и их преодоления, а также эмоционального стресса. В нем раскрываются понятия здоровья и болезни, дается информация о ВИЧ/СПИДе, о зависимости от психоактивных веществ и формируются нравственные представления об отношении к больным людям и о толерантности. (Занятия 11,12,13,14,15)

д) Блок, формирующий нравственные категории – такие, как потери и надежда, добро и зло, ценности и цели, смысл, свобода, выбор. (Занятия 16,17,18,19,20,21,22).

Авторский вариант программы рассчитан на 22 тематических занятия по 1,5 часа каждое, которые дополняются вводным и заключительным занятием. Могут быть модификации программы, исходя

из конкретных возможностей образовательного учреждения. Рекомендуемая частота занятий 1-2 раза в неделю. Целевая аудитория – обучающиеся 13-17 лет, составляющие группу из 10-30 человек.<sup>1</sup>

**Основным методом** работы является личностный тренинг, в ходе которого создаются условия для личностного преобразования участников в контексте происходящих с ними духовно-нравственных изменений.

В программе используются когнитивные и поведенческие модификации, беседы, дискуссии, «мозговые штурмы», мини-лекции, ролевые игры, элементы психодрамы и психогимнастические упражнения.

Ведущему необходимы навыки проведения групповых дискуссий (активного слушания, акцентирования, структурирования), создания безопасного психологического пространства в группе, выстраивания субъект-субъектных отношений с подростками.

Для осуществления программы наиболее эффективной является работа ведущего в паре с ассистентом, который направляет обсуждение, организует работу малых групп, моделирует эффективное выполнение заданий.

### ***Информационная и организационная подготовка***

Важное значение для успешности реализации программы имеет *информационная и организационная подготовка*, которая включает: информирование администрации учреждения, педагогов, родителей обучающихся об особенностях, целях и содержании программы, методах работы, применяемых в ходе занятий, и ожидаемых результатах. Программа должна быть представлена привлекательно, четко сформулированы основная идея программы. С администрацией согласуются сроки, время и место проведения занятий, список необходимого оборудования и материалов, подбирается подходящее для работы помещение. С родителями проводится рекламно-ознакомительное и итоговое родительское собрание. Также с родителями обучающихся заключается договор на участие ребенка в тренинге и ими подписывается информированное согласие.

Кроме того, важно уделить внимание организации и подготовке пространства для занятий: выбрать удобное помещение (кабинет) для занятий; создать условия для проведения всего занятия без постороннего

---

<sup>1</sup> Программа первичной профилактики ВИЧ/СПИДА рискованного поведения для детей старшего подросткового возраста «Ладья». М., Российский круглый стол. 2012, с.12

вмешательства; предварительно подготовить кабинет, предполагаемый для работы группы.

На встрече с обучающимися в целях формирования мотивации к участию в программе представляются цели программы, особенности проведения, ожидаемые результаты. Для постоянного поддержания уровня заинтересованности обучающихся в ходе занятий используется постоянное обращение к личному опыту подростков и демонстрация личностной значимости получаемой информации. Способствует повышению мотивации и созданию условий, при которых участники группы не получают информацию в готовом виде, а самостоятельно формулируют понятия.

При формировании группы важно иметь представление о том, знакомы ли дети с такими формами групповой работы как тренинг. Как правило, подростки группы риска не имеют опыта тренинговой работы и групповой работы в принципе. Такие подростки требуют дополнительного времени для адаптации к новой для них формы взаимодействия, важно хотя бы первое занятие сделать подготовительным, с использованием игровых форм взаимодействия и упражнений на знакомство и сплочение.

Начиная работу по данной программе необходимо помнить, что подростки с опаской (недоверием) принимают в свой мир любого взрослого. Важно быть готовым к тому, что подростки, а особенно относящиеся к группе риска, первые встречи будут «проверять», то есть провоцировать, стараясь вызвать раздражение, злость, растерянность ведущего. Ключевым помогающим моментом в таких ситуациях, будет уважительная позиция по отношению к подросткам, отсутствие агрессии в общении с ними, и, с другой стороны, четкая, твердая позиция по отношению к собственным границам. Другими словами, ведущему важно демонстрировать уважительное отношение, как к участникам группы, так и себе как к личности и специалисту, все попытки нарушить личные границы встречать спокойно, но твердо. При условии, что психолог эмоционально не включится, не выдаст ожидаемые от него реакции (раздражение, злость), такие «проверки» прекратятся достаточно быстро. Как только пройдет время «проверки», подростки начинают работать по правилам, которые сами предложили и выбрали.

Чтобы лучше понимать особенности группы, ведущий может познакомиться с подростками до начала занятий. В это время лучше всего

провести диагностику. В процессе проведения диагностики могут возникнуть дискуссии или споры, возможно, потребуется высказать свою жизненную позицию. Важно помнить, что подросткам необходимо личное мнение ведущего, а не лозунги и рассуждения. Ведущий должен быть готов к откровенному и правдивому разговору. Диагностику этических представлений и уровня информированности по вопросам ВИЧ/СПИДа лучше проводить после этого, когда подростки станут более открыты и настроены на работу. Иначе можно ожидать формальный подход и незаинтересованность в выполнении заданий.

Учитывая, что в программе затрагиваются жизненно-значимые темы, у участников могут проявиться сильные чувства, актуализироваться проблемы, то важно создать условия для проведения при необходимости консультаций психолога с обучающимися.

Для того, чтобы стать ведущим программы, необходимо пройти специальную подготовку: информирование о программе, освоить знания по основам профилактики, овладеть навыками организации и проведения программы, навыками оценки эффективности профилактической работы, пройти лично-профессиональный тренинг.

## **2. ИНФОРМАЦИЯ О РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ЛАДЬЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ**

В городе Ростове-на-Дону в ходе сотрудничества с Брянской региональной общественной организацией «Благо» при поддержке Фонда ООН в области народонаселения (ЮНФПА), Отдела внешних церковных связей Московского Патриархата обучено около 40 педагогических работников методике работы по программе «Ладья», подготовлено 5 тренеров для обучения специалистов (Половинкина А.В., Апухтина Е.А., Стольников В.С., Мирошниченко Е.В., Завгородняя Е.Г.). В рамках деятельности областной инновационной площадки «Формирование ценностных ориентиров у подростков как фактор профилактики рискованного поведения», созданной на базе МБОУ ППМС ЦДК города Ростова-на-Дону, за период с 2011 по 2013 год были подготовлены еще 44 педагога-психолога для работы с подростками по данной профилактической программе в ходе 60 часовых тренингов. Все обученные специалисты, работающие по профилактической программе «Ладья», обеспечены бесплатными методическими пособиями.

В 2013 г. программа «Ладья» внедрялась в 24 образовательных учреждениях города – МБОУ ППМС ЦДК города Ростова-на-Дону (на базе МБОУ СОШ №№ 43,93, социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних г. Ростова-на-Дону и детского дома №10), МБОУ СОШ №№34, 56, 65, 90, 100, 102, 107, Эврика-развитие, 32, 25, 21, 24, 91, 105, 67, 66, Юридическая гимназия им. М.М.Сперанского, Лицей экономический № 14, МАОУ лицей №11 «Естественнонаучный», гимназия №14 (см. таблицу 1).

Таблица 1

Данные о реализации программы первичной профилактики рискованного поведения для детей старшего подросткового возраста в образовательных учреждениях города Ростова-на-Дону в 2013 году

Район города	ОУ	Кол-во детей
Ворошиловский район	МБОУ СОШ №№ 34, 56, 65, 90, 100, 102, 107, Эврика-развитие	327
Железнодорожный район	МБОУ СОШ №№ 67, 66, Юридическая гимназия им. М.М.Сперанского, Лицей экономический № 14	82
Первомайский район	МБОУ СОШ №№ 21, 24, 91, 105	157
Пролетарский район	МОАОУ лицей 11 «Естественнонаучный», гимназия №14.	155
Октябрьский район	МБОУ СОШ №№ 32, 25	123
ЦДК города Ростова-на-Дону	Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних г.Ростова-на-Дону, детский дом №10, МБОУ СОШ №№ 43,93	70
ИТОГО:		914

Программа «Ладья» реализуется преимущественно в рамках внеурочной деятельности (кружки, программы) общеобразовательных учреждений, как школьными психологами, так и по договорам специалистами учреждений дополнительного образования детей, центров психолого-педагогической и медико-социальной помощи.

Наиболее активно программу «Ладья» внедряют в образовательных учреждениях Ворошиловского района, сочетая проведение тренингов с подростками с последующим проведением дебатов, приуроченных к международному Дню борьбы со СПИДом.

В целях анализа внедрения программы «Ладья» в образовательных учреждениях города Ростова-на-Дону 21 мая 2013 года был проведен круглый стол по теме: «Опыт внедрения программы первичной профилактики ВИЧ/СПИД и рискованного поведения «Ладья»», в ходе которого рассматривались вопросы реализации программы «Ладья» с

детьми из социально-неблагополучных семей (Половинкина А.В., педагог-психолог Центра диагностики и консультирования г.Ростова-на-Дону), в многонациональных группах» (Апухтина Е.А., педагог-психолог МБОУ гимназии №34 Ворошиловского района г.Ростова-на-Дону), специфика превентивной работы по программе «Ладья» в общеобразовательном учреждении (Полупанова Ю.В., педагог-психолог МБОУ СОШ №65 Ворошиловского района г.Ростова-на-Дону), вопросы практического применения модулей программы «Ладья» в процессе развития психологической и социальной компетентностей у детей и юношества» (Полупанова Г.А., педагог-психолог МБОУ ДОД ЦДО Октябрьского района).

Данные методические рекомендации основаны на опыте проведения программы «Ладья» в общеобразовательных учреждениях города Ростова-на-Дону, с воспитанниками детского дома №10 города Ростова-на-Дону, а также с подростками группы риска из социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних, из которых одна группа состояла из подростков 13-14 лет, семьи которых стоят на патронаже в социально-реабилитационном центре, а вторая группа - из подростков 13-15 лет, находящихся в приюте (родители большинства подростков были лишены родительских прав, от многих из этих подростков отказались опекуны).

### **3. ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГРАММЫ «ЛАДЬЯ» С ПОДРОСТКАМИ ГРУППЫ СОЦИАЛЬНОГО РИСКА<sup>2</sup>**

Рассмотрим специфику организации работы, обеспечения дисциплины, выбора упражнений и рабочего материала для занятий и специфику проработки ключевых тем программы «Ладья» в группах с трудными подростками.

#### ***Особенности организации работы***

Несмотря на то, что программа ориентирована, прежде всего, на профилактику рискованного поведения, целесообразно проводить ее с подростками, которые уже проявляют то или иное рискованное поведение. Благодаря широкому охвату жизненно важных тем, постоянному обращению непосредственно к личному опыту подростков и возможности глубоко проработать различные трудности, программа дает

---

<sup>2</sup> Материалы данного раздела разработаны Половинкиной А.В.

возможность переориентировать подростков группы риска и помочь им выбрать другой путь развития себя и своей жизни.

В категорию групп риска попадают подростки, склонные к девиантному и деликвентному поведению, подростки с несформированной системой социально-приемлемых ценностных ориентиров, а также подростки, для которых в качестве референтных групп выступают сообщества асоциальной направленности.

Несмотря на то, что главная задача программы профилактика, она способна решать широкий спектр задач. Поэтому возможно использование отдельных блоков программы, объединенных под определенные цели. Программа, как сказано в ее описании, предусматривает возможность такого рода модификаций. Тем не менее, целесообразно в любом случае обязательное включение первого вводного и последнего завершающего занятия («Симфония прощания»).

Например, если цель определяется как непосредственно профилактика ВИЧ/СПИДа и употребление ПАВ, возможно использование следующих тем программы:

1. Вводное: «Карта нашего пути».
2. Я и моя жизнь.
3. ВИЧ/СПИД.
4. Зависимость от психоактивных веществ.
5. Преодоление проблем.
6. Выбор.
7. Свобода.
8. Заключительное занятие: «Симфония прощания».

Для работы с подростками группы риска возможно использование как программы в полном объеме, так и отдельных тем, особенно, на наш взгляд, целесообразно проведение занятий по темам:

- Здоровье.
- ВИЧ/СПИД.
- Зависимость от психоактивных веществ.
- Преодоление проблем. Кризис и выход.
- Жизнь и смерть.
- Добро и зло.
- Ценности. Цели и смысл.
- Выбор. Свобода.

В случае работы с подростками группы риска из приюта, социально-реабилитационного центра и детского дома программа проводилась в полном объеме. В работе с подростками из приюта исключением составила тема «смерть» в связи с недавней гибелью матери одной из участниц, так как погружение в эту тему могло вызвать острые переживания у подростка, которые в рамках группы сложно проработать и программа не имеет такой задачи. Хотя стоит отметить, что в рамках программы возможно погружение и проработка различных переживаний и эмоций, однако это стоит делать только при условии готовности группы и наличия безопасной атмосферы. К сожалению, наличие травматичного опыта практически у всех подростков группы риска не позволяет осуществлять такие «погружения» достаточно глубоко. Если в процессе работы у кого-то из участников такой группы возникают какие-то сильные переживания, то важно оказать поддержку подростку и обязательно провести с ним индивидуальную консультацию после занятия.

Структура занятия в каждом конкретном случае может не претерпевать изменений, однако ведущему следует подбирать материал для обсуждения с учетом специфики жизненного опыта участников. Кроме того, в обсуждение могут включаться дополнительные вопросы:

- проблема отсутствия семьи
- ранний сексуальный опыт
- опыт насилия
- опыт лишения свободы

***Особенности обеспечения дисциплины в группах с трудными подростками.***

В группе из подростков группы риска организованность и дисциплина находятся на очень низком уровне, поэтому следует особое внимание уделить правилам, которые разрабатываются группой для совместной работы. Важно чтобы эти правила устанавливались самими подростками (при помощи ведущего) и были поняты и приняты всеми участниками группы. На первых занятиях стоит уделять особое внимание моментам, когда эти правила нарушаются, целесообразно вводить санкции, которые также выбирает сама группа (задача психолога при этом следить чтобы эти санкции не унижали человеческого достоинства подростка).

Обычно в таких группах целесообразно введение дополнительных правил. Эти правила должны ограничивать подростков в привычных для

них формах самовыражения (например, использование ненормативной лексики и т.д.).

В группах, которые составлены преимущественно из подростков, принадлежащих к той или иной субкультуре (например, дворовой или уличной) подростки общаются небольшими группами по 2, 3 человека и сплочение группы происходит медленно, поэтому имеет смысл ввести дополнительные упражнения на объединение, более лучшее знакомство друг с другом.

Для улучшения дисциплины и усиления включенности подростков в работу эффективно придумать определенные ритуалы для начала и завершения занятий. Например, в начале каждого занятия подростки по кругу говорят о своем настроении, сравнивая его с каким-либо образом. Это упражнение поможет не просто настроиться на работу, но и способствует развитию рефлексии. А по завершении занятия можно ввести такое упражнение: каждый рассказывает, кому и за что из участников группы он сегодня благодарен. Этот ритуал помогает переориентировать восприятие подростка, улучшает климат в группе и сплачивает ее. Нужно быть готовым к тому, что это упражнение вначале будет выполняться подростками формально, хотя именно искренность делает его выполнение полезным, поэтому здесь важно активно включиться ведущему и дать соответствующий пример. Так, при каждом высказывании подростка можно помогать расширить его послание, поощряя подростка высказываться, соглашаясь с его выводами о том, кто и как ему помог сегодня, присоединяясь, приводя свои примеры. Лучше ведущему участвовать в этом упражнении последним и обязательно поблагодарить (сказать, за что и как это проявилось в работе) тех участников группы, кого подростки не назвали. Важно, чтобы все после этого упражнения почувствовали свое значимое участие в работе группы. Хотя иногда, стоит оставлять участника без благодарностей в этом упражнении, в том случае, если он мешал работе, нарушал правила группы. Важно обратить его внимание на это не назидательно и директивно, а вопросами поощряя к осознанию связи между его поведением и реакцией группы. Но, это делать можно только тогда когда группа достаточно сплотилась, когда у подростков сформировалась личная значимость и ценность проводимых занятий.

## ***Особенности выбора упражнений и рабочего материала для занятий***

Следует помнить, что подростки группы риска, как правило, отличаются низкими когнитивными способностями и низким уровнем развития рефлексии, это нужно учитывать при выборе упражнений для занятий. Низкий уровень рефлексии, связан, прежде всего, с защитными реакциями, трудные подростки очень сложно открываются, погружение в собственные переживания часто для них бывает болезненным, поэтому активно избегается. Низкий когнитивный уровень обучающихся также важно учитывать при планировании занятий. Например, несмотря на то, что в программе предполагается достаточно большое количество дискуссий, проводить их на первых занятиях нецелесообразно. Необходимо постепенно готовить детей к такой форме работы. Несомненно, большую роль в этом играет создание безопасной атмосферы в группе. Это в значительной мере поможет и тем детям, чей словарный запас значительно меньше, чем у остальных участников группы, и тем, кому трудно выражать свои мысли, формулировать ответы на вопросы. Возможно, они и не станут активными участниками дискуссий, но благодаря безопасной атмосфере в группе смогут пробовать выражать себя или хотя бы активно воспринимать то, что обсуждают другие.

Для эффективной проработки тем программы с такими подростками хорошо буквально к каждому занятию подбирать притчи, небольшие рассказы. На таком наглядном материале удобно подготавливать подростков к дискуссии. Иногда полезно притчи давать вначале занятия для лучшего погружения в тему и акцентирования тех вопросов, которые ведущий хочет поднять в ходе работы.

### ***Особенности проработки ключевых тем программы «Ладья»***

#### ***Тема «Карта нашего пути»***

У подростков, которые проживают в приюте, как правило, отсутствует видение будущего, они живут сегодняшним днем. На «карте жизненного пути» нет временной перспективы, запечатлен только настоящий момент (преобладает агрессия, обида, желание отомстить, замкнутость, одиночество). В их случае, это нормальная защитная реакция, но, тем не менее, говорить о будущем с ними очень важно. Акцент важно делать на том, что, то каким будет их будущее, зависит от них.



Рис.1 Работа подростков группы риска по теме «Карта нашего пути»

В группе подростков, проживающих в семьях группы риска, при работе по данной теме четко выявляется негативное видение жизни. Как видно на рисунке 1, подростки представили на созданной ими карте ценности сугубо материальные, а ярко выраженные этапы жизни - это тюрьма, кладбище, смерть, морг.

Для группы подростков, проживающих в детском доме, характерна дезориентация в составлении хронологии таких жизненных этапов человека как поиск партнера, создание семьи, рождение ребенка. Так, например, рождение ребенка может быть никак не связано с созданием семьи. Также на всех картах жизненного пути таких подростков, несмотря на попытку обозначить основные вехи жизни людей, отсутствует такая важная составляющая жизни как работа. Можно предположить, что опыт проживания в казенном учреждении и обеспеченность всем необходимым, а также многочисленные подарки спонсоров, приводят к тому, что у детей из детского дома отсутствует понимание необходимости и готовность обеспечивать себя самостоятельно в будущем.

Подобные наблюдения еще раз показывают диагностическую ценность упражнения «Карта жизненного пути», что помогает расставить акценты в дальнейшей работе с группой в соответствии с выявленными особенностями восприятия жизни и важнейших человеческих ценностей.

Для сравнения предлагаем познакомиться с рисунками подростков из благополучных семей:



Как видно из представленных рисунков детей из благополучных семей, в их представлениях о жизненном пути присутствуют: семья, друзья, свой дом, учебное заведение, будущая работа и т.п., а в целом рисунки выглядят более оптимистично, в них преобладают яркие краски.

### *Тема «Счастье»*

В упражнении «Счастливая лесенка» практически все подростки, проживающие в приюте, выбирают цифру «0», которая обозначает наименьшую степень счастья. Такие дети говорят о том, что для счастья необходима нормальная семья, близкие люди рядом. Важно перевести такое понимание в ресурс. Например, указать, что осознание того, что человека делает счастливым семья, в которой царит мир и уважение друг к другу, поможет им приложить все усилия для того, чтобы построить свою собственную семью счастливой. Эти подростки осознают, что есть вещи важнее материальных, это дает возможность для них правильно расставить жизненные приоритеты. Выйти на ресурсное состояние в данном случае также помогает упражнение «Дорожка к счастью». Ведущему важно сначала признать и принять с полным уважением чувства участников, то, что они чувствуют себя несчастным и только затем переориентировать их. Упомянутое выше упражнение позволяет искать самые незначительные каждодневные мелочи, которые способны сделать жизнь радостнее и счастливее. Так, в этом упражнении в группе

из приюта подростки вышли на то, что они находятся в безопасности и для них это немаловажно, что в приюте их вкусно и сытно кормят, что вообще-то они нашли в приюте друзей, которые могут поддержать. Выясняется, что многие подростки нашли среди специалистов различных социальных служб и школы людей, которые могут по-настоящему услышать, понять и помочь во многих важных вопросах. Важно дать возможность каждому подростку поискать, что здесь и сейчас делает его жизнь радостнее и счастливее. Затем можно снова попросить походить по «лестнице счастья» и выбрать число, которое теперь соответствует их состоянию счастья. В результате, дети переоценивают свое состояние и, как правило, их оценка счастья поднимается до 4-5 баллов. Если же остались дети, которые по-прежнему дают минимальную оценку своему состоянию счастья, то необходимо провести с такими подростками индивидуальную консультацию, важно не оставлять никого из участников в не ресурсном состоянии после занятия.

Участники группы в детском доме в этом упражнении в основном выбирают значения оценки состояния счастья не ниже 4 баллов. Это можно объяснить тем, что они находятся в более устойчивой группе, нежели в приюте, их положение более стабильно, а будущее более определенное. Также, многие проживают вне семьи уже достаточное количество времени, чтобы принять это, в отличие от детей из приюта, которые находятся на стадии сопротивления и непринятия того, что с ними происходит.

Если говорить о подростках из семей группы риска, то они рассматривают счастье исключительно с материальной точки зрения. Например, в упражнении «Дорожка к счастью» такие подростки выбирают такие способы стать счастливым, как конфеты, игровые приставки и т.п. В этом случае, ведущий может вопросами подвести подростка к осознанию, например, если у него будет игровая приставка и конфеты, но не будет рядом близких, любимых людей или не будет здоровья, вряд ли он будет счастливым.

### *Тема «Я и моя жизнь»*

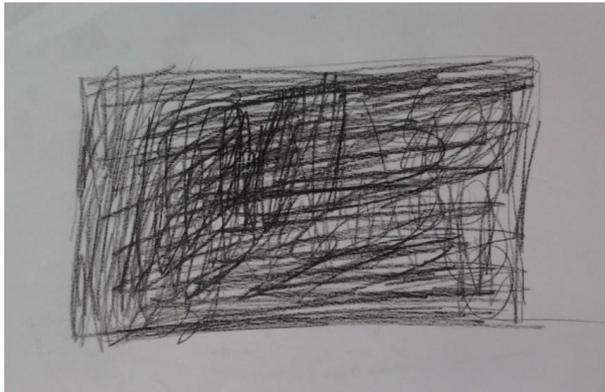
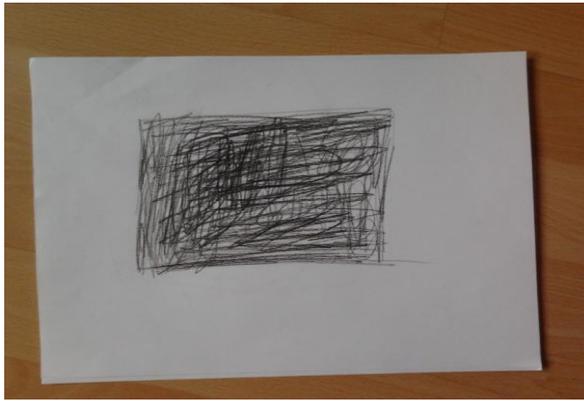
В работе с подростками из группы риска тема «Я и моя жизнь» - одна из основополагающих. На этом занятии есть возможность более глубоко прогрузиться в обсуждение и проживание таких важных вопросов

– «Кто я?», «Зачем живу?», «Каким я хочу видеть свое будущее?». Конечно для того, чтобы ответить на такие глубокие и глобальные вопросы, важно осознавать, что значит быть человеком, чем я отличаюсь от других, важно научить подростков ощущать связь с собой, осознать то, чем наполнен внутренний мир.

При работе по данной теме такие подростки из неблагополучных семей, как правило, демонстрируют отсутствие видения будущего, временной перспективы, социальную дезориентацию. В упражнении «Десять определений «Кто Я?» таким подросткам крайне сложно описать себя даже с помощью социальных ролей, обычно они используют прилагательные, негативно характеризующие себя, чаще всего те, которые они привыкли слышать о себе от взрослых, в основном от родителей. И здесь важно говорить о том, кто и что определяет самоощущение человека, что на это влияет.

В группе с подростками из детского дома это упражнение вызвало затруднение у участников. И так как это упражнение видится нам очень важным, было решено все-таки его провести, но только в модифицированном варианте. Ведущий предлагал подросткам различные варианты ответа на вопрос «Кто я?» и подростки выбирали те из них, которые они могут применить к себе. Можно организовать работу несколькими способами – либо просить поднимать руки тех, кто считает, что сказанное ведущим определение им подходит и обсуждать ответы, либо каждый сам формирует свой список и по желанию рассказывает о нем. В работе с группой из детского дома мы объединили эти два варианта. Стоит отметить, что очень важно, чтобы предложенные ведущим определения были максимально разнообразны, то есть касались разных сторон человеческой личности, и отражали различные проявления человека. Таким образом, можно расширить представления подростков о себе, а также побудить начать самостоятельный поиск на извечный и несомненно важный вопрос «Кто я?».

Также показательным в этой теме было упражнение «Карта моей души». У многих детей из неблагополучных семей и детей, живущих в приюте, рисунок по заданию этого упражнения выглядел следующим образом:



Подобные рисунки свидетельствуют о наличии глубоких травм и непроработанных негативных переживаниях. Стоит отметить, что иногда такие рисунки говорят о неготовности и нежелании открываться в группе. Важно при обсуждении обязательно найти ресурсы или поговорить о том, где можно их найти. В любом случае, такие дети требуют дополнительного внимания и с каждым из них необходимо провести индивидуальную консультацию.

*Тема «Мир моих чувств»*

Как правило, трудным подросткам сложно идентифицировать свои чувства и чувства других, нет достаточного словарного запаса, который помог бы им выразить то, что происходит у них внутри. Поэтому разговор о чувствах можно начать с обсуждения раздаточного материала, на котором перечислены разнообразные эмоции человека и проиллюстрированы соответствующими рисунками.

По нашим наблюдениям, трудным подросткам проще идентифицировать свои переживания через ощущения в теле и здесь очень эффективным оказывается упражнение «Закрашивание контуров человечков», где ребята обозначают, как и где в теле ощущали те или иные эмоции. Это упражнение также позволяет наглядно показать

участникам группы то, что человеческий организм – единое целое. То, что происходит на эмоциональном уровне, отражается в теле, поэтому так важно осознавать и выражать свои чувства. И эту тему – навыки выражения своих чувств, особенно важно разобрать на группе с трудными подростками, так как для них характерен высокий уровень агрессии, и, как правило, навыков выражать свою злость именно социально-приемлемым способом, у таких подростков нет. Поэтому тема агрессии была ключевой в обсуждении эмоций во всех трех группах, а в группе с ребятами из детского дома было решено провести дополнительное занятие на эту тему. На наш взгляд, важно было разобрать причины возникновения агрессии, разные ее степени, и конечно, большое внимание уделялось обучению новым способам, как справляться со своей злостью. Это имело и дополнительный эффект – подростки стали менее напряженными и более дисциплинированными, несмотря на то, что конечно в рамках одного занятия проработать со всеми тему агрессии не представляется возможным. Тем не менее, сам по себе открытый разговор о том, что мы злимся и это нормально, имеет значительный эффект.

#### *Тема «Мужчина и женщина»*

Эта тема всегда вызывает большой интерес у подростков, и ее обсуждение является хорошей возможностью замотивировать участников группы на глубокую и осмысленную проработку по теме «семья», которая для подростков, проживающих в приюте, и в детском доме, несомненно, является тяжелой и может вызвать сопротивление.

Как правило, подростки группы риска, воспитываются или воспитывались (если говорить о проживающих в приюте или детском доме) в неполных семьях, поэтому у них нарушены представления о гендерных ролях, отсутствуют адекватные идеалы мужественности и женственности и разговор об особенностях мужских и женских ролях является наиболее необходимым для таких подростков.

Так как многие из родителей трудных подростков демонстрируют асоциальное поведение (алкоголизм, наркомания, правонарушения), важно помочь осознать подросткам, что подобное поведение мешает и, по сути, делает невозможным создание крепких, здоровых отношений, гармоничной, счастливой семьи. Важно показать альтернативу подобным проявлениям мужчин и женщин, помочь подросткам сформировать идеал женщины и идеал мужчины, которые не страдают от зависимостей и вредных привычек, которые ответственно относятся к своему здоровью и своей жизни в целом. Также важно сделать акцент на различиях между мужчинами и женщинами на психологическом и социальном уровне, так

как у подростков из неполных семей происходит смешение представлений о роли мужчины и женщины в жизни семьи и общества.

В группе с подростками из детского дома тема «Мужчина и женщина» был сделан акцент на сексуальное взаимодействие между полами, так как подавляющее большинство участников группы имело опыт сексуальных отношений, а некоторые подростки-девочки пережили опыт аборта. Среди таких подростков, как правило, распространены частая смена партнера, отсутствие достоверной информации о последствиях такого образа жизни. Поэтому, по нашему мнению, в этой группе было целесообразно обсудить такие вопросы как значимость интимной близости между мужчиной и женщиной, отношение к своему телу как к ценности. В детском доме подростки растут вместе не один год и хорошо знают друг друга, что дало возможность участникам группы открыться и достаточно откровенно поговорить. Так, в ходе дискуссии состоялся важный откровенный разговор между мальчиками и девочками, были сделаны неожиданные для подростков открытия, например, девочки услышали, что для мальчиков красивая девушка, не значит сексуально вызывающая, также выяснилось, что для подавляющего большинства девочек интимная близость означала наличие серьезных сильных чувств у партнера. Именно после этой темы было большего всего желающих остаться на индивидуальную консультацию, что говорит о важности и, в тоже время, дефиците таких разговоров.

Стоит отметить, что подобное погружение в столь интимную тему возможно при условии наличия безопасной атмосферы и достаточной сплоченности в группе.

#### *Тема «Любовь»*

Эта тема достаточно обширна и в зависимости от специфики группы необходимо остановиться на задачах, которые наиболее актуальны. Так, в работе с подростками группы риска необходимо в начале занятия сосредоточиться более подробно на понятии любовь в самом широком смысле этого слова. Как показывает практика, практически все подростки рассматривают любовь в аспекте получения удовольствия и понятие любовь воспринимается ими только в контексте отношений между мужчиной и женщиной. Поэтому здесь важно расширить понимание этого слова, переориентировать с потребительского восприятия любви на осознание любви как заботы о другом.

В этой теме также уместно говорить о таких вопросах, которые, к сожалению, не так часто поднимаются с трудными подростками, а именно любовь к своей стране. Как каждый из нас может проявлять эту любовь, почему так важна активная жизненная позиция, все эти вопросы можно и нужно поднимать в этой теме. Нам представляется уместным в теме

«Любовь» рассказать ребятам о различных общественных, волонтерских организациях, которые своей деятельностью стремятся сделать наш город лучше. Выше обозначенный аспект данной темы еще важен и потому, что помогает решить ряд проблем подросткового возраста – направить энергию, приобщиться к сообществу людей, объединенных социально-полезными целями, сформировать ответственное отношение к своим действиям.

В этой теме разговор о родительской любви необходимо проводить очень осторожно, и лучше не обращаться к личному опыту подростков, а говорить в контексте того как бы они хотели строить отношения со своими детьми, как будут проявлять свою любовь.

#### *Тема «Семья»*

В работе с детьми, имеющими негативный опыт проживания в родительской семье, важно модифицировать данную тему в соответствии со спецификой их жизненного опыта. В этой теме целесообразно делать акцент на будущем. Например, упражнение «Ответы на листочках» можно модифицировать и провести следующим образом: предложить описать свою идеальную будущую семью, в виде ответов на вопросы. Вопросы должны быть как можно более разнообразные, касаться разных аспектов жизни семьи, для того, чтобы у подростка была возможность, как можно более подробно представить семью его мечты. Затем необходимо обсудить, что может помочь каждому из них построить такую семью, а что может помешать и как эти препятствия преодолеть. Это можно сделать в свободной форме, с теми, кто сможет и захочет раскрыться в группе.

Что касается работы с детьми из детского дома, важно помнить специфику восприятия такими детьми своих родителей. Так как чаще всего они сталкивались с негативной оценкой своих матерей и отцов, у них сформировалась четкая защитная позиция – «моя мама самая лучшая». Поэтому, обсуждая личный опыт подростков из детского дома, особенно важно занимать безоценочную позицию. Формат группы не предполагает глубокую проработку взаимодействия с родителями, поэтому возможно лишь с помощью открытых вопросов не директивно расширять восприятие участников группы.

#### *Тема «Род, культура»*

Эта тема является логическим продолжением предыдущей, и здесь обойтись без обращения в прошлое, какое бы оно не было травматичным, сложно и не соответствует задачи этого занятия. Но, учитывая особенности жизненного опыта подростков, в этой теме также необходимо внести коррективы в обсуждение. Стоит помнить о том, что такие дети часто чувствуют себя разобщенными со своими семьями, со своим родом. Такой разрыв связи поколений чреват многими трудностями в будущем. С подростками важно говорить о том, что у абсолютно любого человека есть семья – есть родители, которые произвели его на свет. Пусть не всегда они остаются рядом и могут заботиться о своем ребенке, но, тем не менее, это его родители, его семья.

Для того, чтобы дети, лишенные позитивного опыта общения со своими семьями, могли почувствовать связь со своей семьей и родом, полезно проводить упражнение «Генеалогическое древо». Возможно, не все знают что-либо о своих родителях, бабушках и дедушках, но само прорисовывание «ветвей» дерева рода, помогает детям наглядно увидеть и ощутить, сколько поколений стоит за каждым, ощутить свою принадлежность к большой семье.

Это упражнение можно дополнить обсуждением тех семейных историй, которые возможно помнят участники группы. Как правило, среди участников группы обязательно есть подростки, которые хранят семейные легенды, это могут быть истории про дедов, которые воевали, про бабушек, которые пережили войну. На наш взгляд, вполне будет уместно, если ведущий поделится историей своего рода. Чаще в процессе рассказа и остальные участники вспоминают свои истории. Цель такого разговора – помочь подросткам осознать, что они не появились неоткуда, за каждым из нас стоит род, люди, которые выживали в войну, прошли еще немало испытаний, которые возможно, передали нам свои таланты и особенности. Ощущение такого тыла, понимание того, сколько поколений жили до нас, чувство общности с этими людьми – все это может стать огромным ресурсом для подростка.

#### *Тема «Здоровье»*

Как правило, детям и подросткам сложно осознавать ценность здоровья. Если у детей, не входящих в группу риска, понимание важности здорового образа жизни формируется так или иначе родителями и в школе, то для трудных подростков, напротив, собственные родители

демонстрируют образец асоциального нездорового образа жизни. Поэтому к этой теме необходимо подойти основательно и неформально.

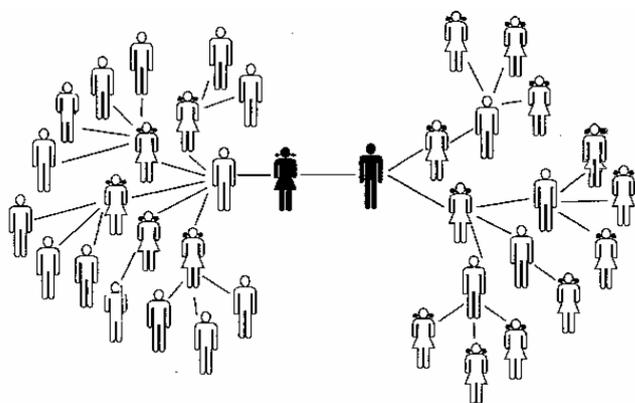
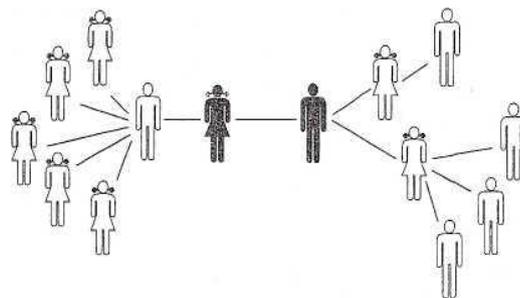
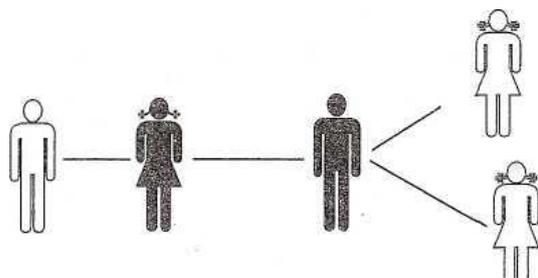
Само понятие здоровье для подростков зачастую звучит как что-то абстрактное и не имеющее особой ценности и отношения к их жизни в принципе. Поэтому важно не просто говорить о здоровье, а дать возможность участникам группы прожить и прочувствовать, что дает человеку здоровье. Достаточно эффективным в этом оказывается упражнение «Жизнь с болезнью».

#### *Тема «ВИЧ/СПИД»*

Тема «ВИЧ/СПИД» в основном для подростков оказалась мало известной, хотя тема секса вызывает у них активный интерес и, в основном, нет стеснения и закрытости. В связи с этим, в работе с такими подростками важно быть готовыми к разного рода откровенным вопросам, которые, несомненно, выражают интерес подростков, но также могут носить демонстративный или провокационный характер. Также это дает основание в работе по этой теме делать упор на осознание подростками ценности верности как самого эффективного способа не только защитить себя от ВИЧ-инфекции, но и возможность создания гармоничных, по-настоящему близких отношений.

Зачастую, у специалистов возникает сомнения по поводу того, насколько эффективно и целесообразно говорить о верности и целомудрии с поколением, которое выросло на совершенно других ценностях, активно пропагандируемых с экранов телевизора, в Интернете. Но нам представляется важным выражать иную позицию по поводу отношений между мужчинами и женщинами, раскрывать ценность целомудрия, особенно в разговоре с трудными подростками. Если ведущему группы к этому времени удалось установить доверительные отношения, завоевать авторитет у подростков, подобный разговор может стать достаточно продуктивным.

Для того чтобы замотивировать детей воспринимать информацию о ВИЧ и СПИДе, полезно начать работу со схемы «Ефросинья и Ануфрий», которая иллюстрирует пути заражения возбудителем инфекций, передающегося половым путем (ИППП), в том числе ВИЧ, при так называемом «свободном» образе жизни. Для наглядности, приводим здесь эту схему с описанием.



Данная схема помогает обосновать ценность целомудрия и верности, и наглядно показать, что тема ВИЧ/СПИДа может затронуть любого. Важно также четко проговорить пути передачи вируса, для того чтобы укрепить понимание важности здорового образа жизни.

### *Тема «Толерантность. Жизнь с болезнью»*

Толерантность - это та тема, которая наиболее сложна в обсуждении с трудными подростками. Подростковому возрасту в принципе свойствен максимализм и некоторая жестокость. А дети, чей личный опыт научил их с недоверием относиться к людям, и в общении с другими выбирать защитную позицию, зачастую оказываются крайне нетерпимы к тем, кто отличается от них. С другой стороны, такие дети, зачастую оказываются в аут-группе в классе, в школе. В этой связи, эффективным оказывается упражнение «Голубоглазые и кареглазые», где у подростков есть возможность почувствовать себя и в роли представителей аут-групп и в роли тех, кто дискриминирует тех, кто по каким-либо признакам отличается от других. Это

упражнение позволяет обсудить опыт, полученный непосредственно в упражнении, связав его с жизненным опытом участников группы.

### *Тема «Зависимость от психоактивных веществ»*

Несформированная в достаточной степени система духовно-нравственных ориентиров не позволяет подросткам группы риска проявлять достаточную устойчивость к внешним воздействиям. Пройденные до этого занятия темы помогают достичь осознания пагубности любой зависимости не только для здоровья, но и для всех сфер жизни. По сути, предшествующие темы были подготовкой к этому блоку сложных тем, и, если помнить об этом и соответствующим образом построить все предшествующие темы, это значительно облегчит данное и все последующие занятия.

Как правило, трудные подростки уже имеют опыт употребления ПАВ. И для них такой образ жизни – норма. Поэтому работа по этой теме во многом зависит от того, насколько группа смогла продвинуться в понимании ценности здоровья, ответственного отношения к жизни. Однако, в любом случае, будет эффективным упражнение «Зависимость», оно не вошло в пособие авторов программы, поэтому мы приводим его описание ниже. Это психодраматическое упражнение, во-первых, позволяет эмоционально вовлечь всех участников группы, а во-вторых благодаря проживанию ролей способствует осознанию пагубности любой зависимости.

### *Упражнение «Зависимость»*

Описание: ведущий выбирает добровольца и предлагает ему подарок «Это удовольствие. Этот подарок любит тебя. С ним приятно и хорошо». Затем ведущий выбирает из группы участника, который будет играть роль этого подарка - «удовольствия». «Удовольствие» становится рядом с добровольцем, держит его за предплечье. Подростку, исполняющему роль «удовольствия» дается инструкция: «Держи мягко, ласково, но не отпускай ни на секунду». Важно обратить внимание добровольца на то, что теперь привыкнув, он можешь увеличить подарок. «Он будет с тобой всегда, постоянно. Это хорошо. Ты чувствуешь, как привычка быть с этим удовольствием защищает тебя». Теперь «удовольствие» держит и вторую руку подростка, приглашенного из круга. Затем ведущий обращается к добровольцу: «Удовольствие дало тебе столько хорошего, надежного, желанного. А что еще у тебя есть? Что есть у тебя в жизни еще, кроме этого подарка?» Доброволец, называет свои жизненные ценности, их пишут на листах А4 и выбираются участники из группы на роль этих ценностей. Каждый из них со своим листом становится сзади

добровольца. Ведущий: «Я посмотрю, что у тебя есть. Ладно? Это деньги, семья, радость, друзья, хобби, работа, здоровье, любовь (перечисляет ценности, которые назвал доброволец). А знаешь, за свой подарок я, пожалуй, заберу у тебя что-нибудь. Я сначала заберу здоровье». Ведущий уводит за руку человека с листом «Здоровье», потом с листом «Деньги», «Хобби», «Уважение» и т.д. Все это время ведущий обращает внимание добровольца на то, что у него еще много всего осталось. Таким образом, ведущий уводит по очереди ВСЕ, что принадлежит добровольцу, и он остается с одним участником – подарком от ведущего.

Драматизация разворачивается далее достаточно стремительно, называется своим именем подарок для добровольца - «Зависимость», называется метод приобретения подарков: «Я **рекламировала** тебе легкий наркотик, а ты **свободно** сделал свой выбор – стать зависимым».

**Важно:** по окончании упражнения ведущий обязательно проводит процедуру снятия ролей с участников.

### *Тема «Преодоление проблем»*

Подростки группы риска в своей жизни сталкивались со множеством стрессовых ситуаций, однако мало кто из них умеет эффективно справляться с проблемами. Поэтому обсуждение этой темы с такими детьми проходит всегда эмоционально, у них есть реальный опыт, работа с которым помогает гораздо лучше усвоить материал данного занятия. Особенно важно упражнение «Остановись и подумай», так как в нем описываются и подробно разбираются конкретные шаги по тому, как принимать решения в непростых жизненных ситуациях (таблица к этому упражнению приводиться ниже). Иногда, подростки не готовы обсуждать свой реальный жизненный опыт, тогда полезно с ними разобрать шаги в этом упражнении на примере ситуации, касающейся употребления наркотиков или алкоголя. Это одно из тех упражнений, которое позволит подросткам овладеть очень важным жизненным навыком, поэтому, несмотря на то, что работа проходит в микрогруппах, очень важно включить в обсуждение каждого, чтобы все участники группы вместе усвоили и запомнили этот алгоритм.

<b>ШАГИ</b>	<b>ВОПРОСЫ-ДЕЙСТВИЯ.</b>
1. <i>Остановись.</i> <i>Определение проблемы.</i>	<i>Чего это касается? В чем заключается проблема?</i> <i>Попытайся встать на позитивную точку зрения и определить позитивные стороны сложившихся обстоятельств.</i>
2. <i>Подумай.</i> <i>Определение основной цели.</i>	<i>Чего я хочу?</i>
3. <i>Подумай.</i> <i>Генерация различных вариантов решения проблемы.</i>	<i>«Мозговой штурм», касающийся желаемых и возможных решений.</i>
4. <i>Подумай о последствиях.</i>	<i>Что может произойти?</i>
5. <i>Определи доводы «за» и «против».</i>	<i>Рассмотри обе стороны последствий – позитивную и негативную.</i>
6. <i>Решай, что делать.</i> <i>Принятие решения.</i>	<i>Каково мое решение?</i> <i>Взвесь все последствия, сделай наилучший для тебя выбор.</i>
7. <i>Оцени исход.</i>	<i>Было ли тебе трудно делать предшествующие шаги? Если нет, то попытайся проработать другой вариант решения.</i>

Также, говоря о преодолении проблем, трудных подростков важно ориентировать на то, что важно и нужно обращаться за помощью. Зачастую такие дети привыкли рассчитывать только на себя и не знают о тех возможностях, которые у них есть. Так как в родительских семьях часто невозможно получить помощь, подросткам необходимо рассказывать о различных социальных, психологических службах. Уместным в этой теме будет разговор о телефонах доверия нашего города. В группе из детского дома был успешный опыт привлечения волонтеров Молодежного Телефона Доверия, которые рассказывали о своей службе и отвечали на вопросы подростков.

#### *Тема «Кризис и выход»*

Эта тема – логическое продолжение предыдущей, в ней есть возможность глубже поработать с темой жизненных трудностей. В работе с трудными подростками в этой теме мы видим необходимость сделать акцент на осознании того, что любая кризисная ситуация может в итоге

стать ресурсной. Поэтому предложенный вариант программы в работе с подростками группы риска нами несколько модифицируется. Так, занятие начинается с обсуждения иллюстрации, на которой изображен два китайских иероглифа, обозначающих слово «кризис». Один из этих иероглифов означает «опасность», а другой «возможность». Это помогает увидеть, что в каждой жизненной трудности, в каждом кризисе есть возможность - возможность развития, качественно новых изменений в жизни. Кризис может помочь научиться чему-то важному. Эффективнее рассмотреть это на конкретном примере, который рассказывает один из участников группы. Иногда подростки не сразу бывают готовы рассказывать истории из своей жизни, в этом случае, ведущий может предложить свой пример, важно чтобы он соответствовал жизненному опыту участников группы.

Таким образом, в этой теме, при готовности группы есть возможность проработать просмотреть травматичный опыт участников. Даже, если только один из подростков решится рассказать свою историю, это будет ценным опытом для всех остальных.

#### *Тема «Жизнь и смерть»*

Тема смерти в западной культуре негласно является запрещенной, о смерти не принято говорить, особенно с детьми и подростками. Это создает определенный информационный вакуум, а так как интерес к этой теме присутствует, особенно у подростков, поэтому этот вакуум ими все равно как-то заполняется. Поэтому важно открыто и прямо говорить с подростками, обсуждать тему смерти. Для этого, конечно, важно чтобы у ведущего была своя четкая позиция в понимании смерти. У многих специалистов есть опасения, что подобные разговоры с детьми опасны и могут даже спровоцировать попытки суицида. Скорее всего, подобная позиция вызвана собственной тревогой и недостаточной проработки этой темы. На наш взгляд, открытая дискуссия на тему смерти позволит снять с нее пелену таинственности и очарования, которые ей приписывают некоторые молодежные субкультуры, и тем самым обезопасить подростков от опасного экспериментирования.

#### *Тема «Добро и зло»*

Как известно, многие моральные дилеммы, которые для взрослых зачастую являются лишь предметом философских размышлений, для подростков являются важнейшими вопросами, ответы на которые они ищут доступными для них способами. Одним из таких вопросов является противостояние добра и зла. Подростки, повидавшие в своей жизни

многое, часто уже достаточно ожесточенные и циничные, и говорить с ними о добре непросто. Им сложно принять доброту как норму своего поведения, но если рассуждать с ними о том, с какими людьми они хотели бы общаться, какие поступки по отношению к себе видеть, можно выйти на ценность доброты и на то, что каждый может сделать, чтобы наш мир стал более гармоничный. Особенно эффективной в этой теме оказывается притча «Звезда».

#### *Тема «Ценности»*

Как правило, само понятие «ценности» для подростков из группы риска довольно абстрактно, их ценностные ориентиры не сформированы или размыты. На наш взгляд, не имеет большого смысла теоретизировать на эту тему с трудными подростками. Разговор на эту тему помогает начать упражнение «Необитаемый остров», смысл которого помочь каждому участнику увидеть, что по-настоящему ценного есть в его жизни, на какие ценности он опирается, совершая тот или иной выбор. Оно же помогает увидеть различия в ценностях разных людей и научиться находить общее. Затем можно уже переходить к разговору о том, что такое ценности, какое влияние они оказывают на жизнь человека и предложенные упражнения в этой теме, например, такие как «Наши ценности» помогают более ясно разобраться с приоритетами и четче увидеть собственные жизненные ценности.

#### *Тема «Цели и смысл»*

По нашим наблюдениям, для трудных подростков эта тема не так актуальна, как для подростков из благополучных семей, они скорее больше заняты выживанием, нежели поиском смысла происходящего. Хотя есть небольшой процент подростков, которые, напротив, благодаря своему непростому жизненному опыту обращаются к таким вопросам как поиск смысла жизни.

В любом случае говорить о целях и смыслах необходимо, возможно начать обсуждение стоит с целей на ближайшее будущее и постепенно удлинять временную перспективу, например, с помощью упражнения «Радуга». А упражнение «Бедность, богатство, всемогущество» позволяет запустить дискуссию о том, для чего человек живет, имеет ли каждый свой смысл или есть некий общий, универсальный смысл жизни. Стоит учитывать, что это упражнение занимает достаточно много времени, оно легко увлекает подростков и позволяет вовлечь каждого, если не в групповую дискуссию, так в индивидуальную работу над вопросами упражнения.

### *Тема «Свобода»*

Тема свободы особенно близка трудным подросткам, у многих уже есть опыт самостоятельной жизни без контроля и опеки взрослых. Только это скорее псевдосвобода, без ответственности, понимания причинно-следственных связей, осознанного выбора. Чтобы говорить о такой серьезной теме доступно и не отвлечённо от жизни, помогает упражнение «Слепой и поводырь». Важно помнить о том, что оно предполагает особое соблюдение правил безопасности, мы рекомендуем давать инструкцию парам проходить условленный маршрут по очереди. Это упражнение дает богатый материал для обсуждения и обратной связи, однако в этой теме стоит сделать акцент именно на то, что истинная свобода всегда неразрывно связана с ответственностью. И, нам кажется, говорить об ответственности следует не как о ноше или тяжком бремени, а как о возможности осознанно делать выбор, видеть и принимать последствия своих действий.

### *Тема «Выбор»*

По сути, это ключевая тема в этой программе, важно, что она дана в завершении занятий, так как помогает подытожить все то, что обсуждалось на предыдущих встречах, а также в этой теме наглядно видно, что подростки вынесли из программы, как изменилось их мировоззрение. Так что она может стать своего рода диагностической.

Обычно, к концу программы группа неплохо усваивает такую форму групповой работы как дискуссия, поэтому, на наш взгляд, предложенная в этой теме дискуссия «Что выбирать?» поможет максимально эффективно решить задачи этого занятия.

### *Заключительное: «Симфония прощания»*

Если предыдущая тема является ключевой в содержательном плане, то эта заключительная встреча самая важная по эмоциональной нагрузке. На этой встрече очень важна атмосфера, которая смогла бы наполнить участников группы ресурсным состоянием, настроить их позитивно на будущее, возможно на перемены, необходимость которых для многих трудных подростков к завершению программы становится очевидной. Также одна из задач этого занятия максимально содействовать тому, чтобы у подростков образовались прочные дружеские связи, осознание того, что у них есть поддержка в лице тех, кто прошел с ними этот путь, по сути, прожил маленькую жизнь. Любая грамотно организованная групповая работа сближает и спланивает людей, важно, чтобы участники группы помнили об этом ресурсе, особенно это актуально для подростков группы риска.

#### **4. ОПЫТ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЛАДЬЯ» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ<sup>3</sup>**

В 2013 году программа первичной профилактики ВИЧ/СПИДа и рискованного поведения «Ладья» внедрялась в 8 образовательных учреждениях Ворошиловского района (ОУ № 34, 56, 65, 90, 100, 102, 107, "Эврика-Развитие"). Всего тренинговыми занятиями охвачено 327 подростков. Из них 5 кл. - 27 чел. 8 кл. - 45 чел., 9 кл. - 163 чел., 10-11 кл. - 92 чел.



Занятие по программе «Ладья» проводит специалист Центра профилактики наркозависимости МБОУ ДОД ДДТ Ворошиловского района Мирошниченко Е.В.



Группа обучающихся 8 класса МБОУ СОШ № 100, участвующих в тренинге

<sup>3</sup> В данном разделе использованы материалы из отчета, составленного Клевцовой Н.Д., Руденко Н.Г., Апухтиной Е.А., Сайгановой Т.М.



Кроме тренинговых занятий, материалы программы «Ладья» были использованы для проведения дебатов со старшеклассниками по профилактике ВИЧ/СПИДа.

26 ноября 2013 года специалистами ЦПН совместно с членами районного молодёжного объединения «Команда 21 века» на базе школы № 100 проведены районные дебаты «Ворошиловский район – территория здоровья!», приуроченные к международному Дню борьбы со СПИДом между командами обучающихся школ района (на базе МБОУ СОШ № 100).

Дебаты проводились с целью профилактики распространения ВИЧ/СПИДа в молодёжной среде, формирование у обучающихся старших классов осознания важности данной проблемы и личной ответственности за свое поведение, а также воспитание у обучающихся толерантности по отношению к ВИЧ – инфицированным. Участники дебатов десятиклассники школ № 82 и 100. В дебатах приняли участие 120 обучающихся.



Дебаты в МБОУ СОШ № 90



## Дебаты в МБОУ СОШ № 90

Информационная статья о мероприятии размещена на сайте Администрации города Ростова-на-Дону <http://www.rostov-gorod.ru/?ID=25302> и на сайте МБОУ ДОД ЦДТ Ворошиловского района города Ростова-на-Дону <http://www.cdtnd.ru> 16 декабря 2013 года на базе школы № 90 в рамках месячника борьбы со СПИДом проведены дебаты между командами десятиклассников школы № 90 и лицея № 56. В дебатах приняли участие 112 обучающихся.



Жюри оценивает выступления команд, участвующих в дебатах в МБОУ СОШ № 100

## Результаты программы

Авторы программы в качестве методов отслеживания результатов предложили:

1). Проведение оценки изменений в духовно-нравственной сфере подростков посредством использования методики свободного ассоциативного ряда на первом занятии и после их завершения. Словами-стимулами выступают базовые понятия, используемые в программе: семья, дружба, любовь, свобода, жизнь, добро, терпимость, выбор, здоровье, счастье. Основным методом анализа является контент-анализ. Критерием эффективности работы является увеличение показателей содержательного наполнения категорий по сравнению с результатами, показанными на первом занятии.

2). Оценка изменений в уровне информированности подростков о проблемах, связанных с ВИЧ/СПИД. Проводится методом анкетирования.

3). Оценка мнения о программе родителей, педагогов и администрации образовательного учреждения. Проводится методом анкетирования.

По данным контент-анализа ассоциативного ряда ключевых понятий наибольшие изменения произошли в содержательном наполнении таких понятий, как «Семья», «Дружба», «Любовь», «Жизнь», «Добро», «Счастье», «Здоровье». Анкетирование показало, что у подростков сформировались представления об основных источниках риска ВИЧ-инфицирования.

Учитывая, что у многих подростков недостаточно сформированы устойчивые нравственные принципы, программа «Ладья» помогает участникам в работе по переосмыслению собственных духовных ценностей и жизненных ориентиров. По данным наблюдения и тестирования у подростков, участвовавших в программе, расширилось нравственное самосознание, сформировалось представление об этических ценностях, возросла значимость ценности семьи, здоровья и жизни как таковой, что является важным и необходимым ресурсом, обеспечивающим устойчивость к неблагоприятным воздействиям, в том числе и к вовлечению в различные виды рискованного поведения.

Кроме того, после занятий у подростков произошло улучшение эмоционального состояния - снижение общей напряженности, агрессии, так как они обучались осознавать свои чувства, приобретали навыки выражения негативных эмоций в конструктивной форме, и также обучались способам саморегуляции в сложных ситуациях. У подростков с низкой общей активностью, невысоким энергетическим потенциалом повысилась готовность к активной деятельности, вероятность успешности в значимых ситуациях.

По словам участников группы, они лучше стали понимать себя и своих друзей. Показательным моментом является решение многих подростков пересмотреть свое отношение к жизни и поведение (определение с дальнейшим обучением и подготовка к поступлению в средне-профессиональные и высшие учебные заведения, смена компании друзей, которые оказывают негативное влияние).

По отзывам педагогического коллектива и родителей, заметно изменилось отношение учащихся к себе, подростки научились критически оценивать себя, свои поступки, научились находить выход из сложных ситуаций, некоторые стали более вдумчиво относиться к окружающим их людям, также увеличился репертуар конструктивных действий среди сверстников, наладилось взаимодействие между мальчиками и девочками.

## **5. ОТЗЫВЫ ПОДРОСТКОВ – УЧАСНИКОВ ПРОГРАММЫ «ЛАДЬЯ»**

"Мы спросили у своих родителей: «А у вас в школе проводили уроки психологии?» Мамы и папы очень удивились, они впервые услышали о таком предмете. А в нашем классе проходят интересные и познавательные занятия по курсу «Ладья». Нас учат правилам общения, вежливости и этикету. Мы узнаем об очень интересных историях, которые произошли с людьми. На занятии, которое прошло совсем недавно, я поняла, как должна вести себя девушка. Это был самый увлекательный и запоминающийся урок... С удовольствием жду следующего увлекательного урока, который пригодится нам в жизни".

*Кристина Л.*

"Наш любимый класс - это наша семья. Ведь в школе мы не только учимся разным наукам, но и учимся общению, основам психологии. Поэтому у нас помимо обычных уроков (русского языка, физики, химии, математики, литературы и т. д.) есть курс «Ладья». Здесь мы знакомимся с психологией разных людей. Например, недавно мы рассматривали разницу в психологии мужчин и женщин. Мы научились понимать и принимать друг друга. Наш класс очень дружный. Конечно, как и в любом другом коллективе у нас бывают некоторые конфликты, но мы стараемся их преодолевать конструктивно и, учась на своих ошибках, узнаем все новые и новые способы их избежать".

*Дурсун С.*

«Занятия помогли лучше узнать себя. Стал лучше разбираться в людях. Больше всего запомнилась тема про мужчин и женщин и про любовь, узнал много нового про девочек».

*Витя Т.*

«Мне было интересно на занятиях, нравилось собираться всем вместе! Узнала новое про СПИД, про мальчиков, что им нравится в девочках».

*Надя Б.*

«Для меня занятия были полезны. Когда мы говорили про цели в жизни, я поняла, что не хочу возвращаться в ту компанию друзей, где была раньше. Я хочу выбрать колледж, поступить, стать самостоятельной, помогать бабушке. Я многое поняла, спасибо!»

*Кристина П.*

«Я рада, что у нас были такие занятия! Мы говорили о жизни, много рисовали. Мне нравилось, что выслушивали каждого. Я лучше узнала своих подруг. Узнала много нового про людей, про здоровье, про СПИД»

*Катя С.*

«Мне все понравилось! Было интересно. Больше всего мне запомнилась игра где мы учились говорить «нет», говорили про дружбу и кто такой настоящий друг».

*Николай Т.*

«На занятиях было весело и интересно! Я раньше часто сама задумывалась о жизни и эти занятия мне помогли лучше понять себя, определиться с целями в жизни. Понравилась тема о любви и об одиночестве. Интересно было послушать, что скажут мальчики. Не часто можно поговорить о таких вопросах, а они очень важные».

*Аня Л.*