



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«ЮГОРСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»

Рассмотрена на заседании
Методического совета
от 03.02.2023
Протокол № 1



КОМПЛЕКСНАЯ СОЦИАЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ПРОГРАММА
ДЛЯ ПОДРОСТКОВ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ
ПОЛОЖЕНИИ И ИНОЙ ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

«ЛИГА СИЛЬНЫХ»

Автор:

Строкина Юлия Александровна,
заместитель директора

Анисимова Елизавета Александровна,
психолог отделения психологической помощи гражданам

Югорск
2023

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	5
1.1. Актуальность программы.....	5
1.2. Целевая группа.....	6
1.3. Цель и задачи программы.....	6
1.4. Формы и методы работы.....	7
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	8
2.1. Этапы и сроки реализации программа.....	8
2.2. Ресурсы.....	8
2.2.1. Кадровые ресурсы.....	8
2.2.2. Материально-технические ресурсы.....	9
2.2.3. Информационные ресурсы.....	10
2.2.4. Методические ресурсы.....	10
2.3. Контроль и управление (координация) программой.....	10
2.4. Ожидаемые результаты.....	11
2.5. Список литературы.....	13
II. ПРИЛОЖЕНИЯ.....	14
<i>Приложение 1. План мероприятий программы.....</i>	14
<i>Приложение 2. Механизм реализации программы.....</i>	19
<i>Приложение 3. Цикл совместных занятий «Подростки, наставники, родители».....</i>	26
<i>Приложение 4. Положение о музыкальном подростково-молодежном клубе «На волне».....</i>	41
<i>Приложение 5. Сценарий проведения игры-проживания (квест-игры) «Новая Земля».....</i>	45
<i>Приложение 6. Программа примерных занятий, используемых в работе клубов.....</i>	50
<i>Приложение 7. Методическая разработка «Проведение танцевального флешмоба «Мы любим наш «тёплый» город!».....</i>	83

Информационная карта

Полное наименование программы	Комплексная социально-реабилитационная программа для подростков, находящихся в социально опасном положении и иной трудной жизненной ситуации «Лига сильных»
Авторы программы	Строкина Юлия Александровна, заместитель директора Анисимова Елизавета Александровна, психолог Бондаренко Елена Владимировна, психолог
Руководитель программы	Строкина Юлия Александровна, заместитель директора
Территория	г. Югорск
Юридический адрес учреждения	Российская Федерация, 628260, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Югорск, улица 40 лет Победы, дом 3А
Телефон, факс	8(34675)7-24-16
Цель программы	Изменение негативных, девиантных установок подростков, посредством организации наставничества и работы клубов по интересам
Сроки реализации программы	3 года
Место проведения	г. Югорск, ул. Калинина, д. 25
Аннотация к программе	<p>Программа строится на основе взаимодействия, наставничества, сотрудничества, добровольческой инициативе и индивидуальном подходе.</p> <p>Идея программы заключается в развитии «сильных» сторон личности через командную деятельность и наставничество посредством поддержки и помощи.</p> <p>Программа предполагает непрерывный процесс социального сопровождения подростков группы риска посредством взаимодействия с социальными партнерами и волонтерами, усиления роли добровольцев, общественных организаций в решении социальных проблем.</p> <p>В программу обязательным блоком включены обучающие тренинги для добровольцев-наставников.</p> <p>Специалисты учреждения выступают в роли проводников и катализаторов процесса взаимодействия подростков и наставников.</p> <p>Идея создания программы возникла по результатам успешной реализации в 2016 году проекта «Формула безопасности», который полностью построен на принципах межведомственного взаимодействия и командной работе добровольцев-наставников и детей.</p> <p>Участники программы несовершеннолетние в возрасте от 10 до 16 лет, признанные нуждающимися в социальном обслуживании.</p> <p><u>Дополнительная информация:</u> Программа включает комплекс социально-реабилитационных технологий, направленных на стабилизацию эмоционально-волевой сферы, корректировку поведенческих установок, повышение уровня социализации, повышение уровня познавательной активности.</p> <p>Важнейшая роль в работе с несовершеннолетними отводится добровольцам-наставникам, с помощью которых формируется</p>

	новое реабилитационное пространство
Направления деятельности	Организация наставничества и клубной деятельности

Данные об учреждении

Наименование учреждения	бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
Дата регистрации учреждения	03.01.2001
Организационно-правовая форма	учреждение
Исполнительный орган государственной власти ХМАО – Югры, осуществляющий функции и полномочия учредителя государственных учреждений	Департамент по управлению государственным имуществом Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
Руководитель	Добрынкина Венера Николаевна
Должность	Директор, действующий на основании Устава
Телефон (рабочий)	8 (34675)7 24 16 (доб. 202)
E-mail	ugkcsn@admhmao.ru
Штатная численность	94,5 единиц
Количество специалистов реализующих программу	5 единиц
Целевая группа	Несовершеннолетние в возрасте от 10 до 16 лет, находящиеся в социально опасном положении и иной трудной жизненной ситуации, склонные к девиантному поведению и совершению противоправных действий
Почтовый индекс	628260
Город (поселок)	город Югорск
Адрес учреждения (улица, номер дома)	ул. 40 лет Победы, д. 3А

Реквизиты учреждения

Наименование	бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
Наименование банка	РКЦ Ханты-Мансийский г. Ханты-Мансийск
№ р/счета	40601810200003000001
ИНН	8622008112
БИК	047162000
КПП	862201001

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность программы

*Соблазнов много, жизнь одна, маняща и красива,
И ты вот-вот достигнешь дна за линией обрыва....
Остановись же и постой, подумай хоть немного,
Пока ты сильный, молодой, и впереди дорога.
На свете столько лучших дел, чем воровство и кражи.
Но, очень жаль, ты не успел осмыслить это даже.
Учеба, правильный досуг – твои приоритеты.
Будь верен им – и для себя на всё найдешь ответы!*

Подростковый возраст – переломный период в развитии каждой личности. Желание доказать свою самостоятельность и взрослость, максимализм побуждают подростка совершать девиантные поступки и противоправные действия. Проблема подростковой преступности является одной из актуальных в современном обществе, поскольку она принимает угрожающие размеры.

По данным Министерства внутренних дел Российской Федерации примерно 3,9% от всех раскрытых в стране в 2022 году преступлений совершены подростками либо при их участии. Всего были выявлены 37 953 несовершеннолетних преступника. Статистически на них пришлось 41 548 правонарушения. Положение дел улучшилось по сравнению с предшествующим годом (40 860 привлеченных к уголовной ответственности подростков и 43 553 преступления).

По состоянию на 30.12.2022 на учете Муниципальной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации города Югорска (далее – МКДНиЗП) состоят 56 несовершеннолетних, совершивший правонарушения (2021 – 44 чел.), из них 49 подростков (88%) из семей, находящихся в социально опасном положении, в которых как правило отсутствует надлежащий контроль со стороны родителей, дети предоставлены сами себе, у них не организовано свободное время проведение, в связи с чем возникает склонность к бродяжничеству, затем добавляются правонарушения, которые совершаются в результате влияния других несовершеннолетних и взрослых с девиантным поведением.

В целях профилактики совершения правонарушений, предотвращения повторных правонарушений несовершеннолетними, специалистами бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения» (далее – Учреждение) проводится индивидуально-профилактическая работа с несовершеннолетними в соответствии с межведомственной программой реабилитации. В рамках

реабилитационной работы несовершеннолетним, поставленным на учет в МКДНиЗП за совершение правонарушений, предоставляются консультации социально-правового, социально-педагогического, социально-психологического характера, направленные на коррекцию отклоняющегося от нормы поведения, обучение способам саморегуляции, самоконтроля, пропаганду здорового образа жизни. Как показывает практика этого бывает недостаточно, так как ребенок, который не получает достаточно тепла, любви, взаимопонимания, намного больше нуждается во внимании, поддержке и помощи со стороны взрослого человека. Очень важно вовремя подхватить такого подростка и помочь ему найти выход из сложившейся ситуации, направить его в нужное русло, чтоб он выбрал правильный дальнейший жизненный путь.

Программа «Лига сильных» способствует успешной социализации и адаптации несовершеннолетних посредством организации досуговой деятельности и наставничества. Волонтеры-наставники успешно налаживают взаимодействие с подростками, устанавливают доверительные отношения, доносят до ребят важнейшие человеческие истины о добре и справедливости, о том, что за свои поступки надо обязательно отвечать, а здоровый образ жизни и безопасное поведение должны для каждого стать лучшими друзьями, что безусловно положительно влияет на «мальчишей-плохишей». После встреч они желают продолжить общение со старшими наставниками, а также общение друг с другом вне улицы, учатся решать конфликты другими способами, самоутверждаться за счет своего развития.

Программа «Лига сильных» предполагает непрерывный процесс социального сопровождения подростков группы риска посредством взаимодействия с социальными партнерами, волонтерами-добровольцами, усиления роли добровольцев, общественных организаций в решении социальных проблем несовершеннолетних.

1.2. Целевая группа

Несовершеннолетние в возрасте от 10 до 16 лет, находящиеся в социально опасном положении и иной трудной жизненной ситуации, склонные к девиантному поведению и совершению противоправных действий.

1.3. Цель и задачи программы

Цель: Изменение негативных, девиантных установок подростков, посредством организации наставничества и работы клубов по интересам.

Задачи:

1. Проанализировать реестр семей с детьми, находящихся в социально опасном положении и иной трудной жизненной ситуации, на предмет выявления подростков, нуждающихся в участии в программе.

2. Привлечь к реализации программы некоммерческие общественные организации, молодежные объединения, учреждения системы профилактики социального сиротства, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

3. Организовать обучение добровольцев-наставников посредством проведения тренинговых занятий, практикумов.

4. Организовать деятельность объединений подростков и клубов по интересам под руководством наставников.

5. Снизить долю повторных правонарушений подростков, участвующих в программе.

6. Проанализировать эффективность проведенных мероприятий в рамках программы.

1.4. Формы и методы работы

Таблица 1

Формы работы			
Индивидуальные		Групповые	
Консультация Беседа Инструктаж Диагностика Адресная помощь		Диагностика Тренинг Экскурсия Акция Квест-игра Флешмоб Массовое мероприятие Спортивное мероприятие Практическое занятие	
Методы работы			
организационные	исследовательские	практические	аналитические
Планирование Разработка мероприятий Подготовка методического материала Опрос Сотрудничество	Анкетирование Тестирование Наблюдение	Включение в деятельность Рассказ Встреча Занятие Решение проблемных ситуаций Командная деятельность Игровая деятельность Формирование сознания Стимулирование поведения	Анализ деятельности Информирование Подготовка статей Распространение опыта

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Этапы и сроки реализации программа

Реализация мероприятий программы делится на 3 этапа: подготовительный, практический (основной), аналитический (итоговый).

1 этап – Подготовительный – (1 месяц)

– Организация и проведение заседания круглого стола «Вместе мы сила!» с целью привлечения к реализации программы социальных партнеров, волонтеров из числа представителей молодежных комитетов структурных подразделений ООО «Газпром трансгаз Югорск».

– Составление общего плана реализации программы, подготовка необходимой документации.

– Подготовка методических материалов.

– Разработка занятий, сценариев мероприятий.

– Обучение волонтеров.

– Формирование списка несовершеннолетних – участников программы.

– Разработка план-сетки мероприятий.

– Информирование населения о реализуемой программе через средства массовой информации.

2 этап – Практический – (10 месяцев)

– Реализация мероприятий программы.

– Деятельность клубов и объединений.

– Корректировка плана мероприятий (при необходимости).

– Ведение документации.

3 этап – Аналитический – (ежегодно – январь)

– Подведение итогов реализации программы.

– Анализ результатов проведенных мероприятий.

– Оформление фотоальбома по результатам реализации программы.

– Награждение активных участников программы.

2.2. Ресурсы

2.2.1. Кадровые ресурсы

Теоретическая, методическая и организационная деятельность по реализации программы осуществляется специалистами отделений по работе с семьей и детьми, с привлечением специалистов организаций и учреждениями города Югорска.

Программа реализуется в рамках основной деятельности.

Специалисты учреждения

Таблица 2

№ п/п	Должность	Количество	Функции
1.	Директор	1	Осуществляет общее руководство и контроль процесса реализации мероприятий программы
2.	Заместитель директора	1	Осуществляет контроль процесса реализации мероприятий программы, регулирует процессы взаимодействия участников программы. Координирует взаимодействие с представителями учреждений и организаций города
3.	Специалист по работе с семьей	2	Организуют и проводят организационные, культурно-массовые мероприятия, сопровождают деятельность клубов по интересам, проводят обучение добровольцев-наставников. Координируют взаимодействие с представителями учреждений и организаций города
4.	Психолог	2	

Социальные партнеры

Таблица 3

№ п/п	Наименование учреждения или организации	Направление взаимодействия
1.	Управление по эксплуатации зданий и сооружений ООО «Газпром трансгаз Югорск»	Организует и обеспечивает функционирование клубов по интересам «Добровольческий клуб «Победа», «Музыкальный клуб «на волне», «Спортивный клуб «Лига». Участствует в организации и проведении культурно-массовых мероприятий
2.	Информационно-технический центр ООО «Газпром трансгаз Югорск»	Организует и обеспечивает функционирование клуба по интересам «Спортивный клуб «Лига». Участствует в организации и проведении культурно-массовых мероприятий
3.	Комсомольское Линейное производственное управление ООО «Газпром трансгаз Югорск»	Участствует в организации и проведении культурно-массовых мероприятий
4.	Телерадиокомпания «НОРД» ООО «Газпром трансгаз Югорск»	Организует и обеспечивает функционирование клуба по интересам «Агентство «Молодой журналист»
5.	Казачье общество «Станица Югорская»	Участствуют в организации и проведении мероприятий по патриотическому воспитанию подростков
6.	МБОУ ДО «Детская школа искусств города Югорска»	Участствует в организации и проведении концертных программ
7.	Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации города Югорска	Формирует список подростков, состоящих на профилактическом учете и нуждающихся в реабилитационной работе

2.2.2. Материально-технические ресурсы

Для реализации мероприятий программы необходима соответствующая материально-техническая база:

- Помещения и мебель для проведения мероприятий.
- Технические средства: фотоаппарат, видеокамера, музыкальная аппаратура, мультимедиа.
- Спортивный инвентарь.
- Канцелярские товары.
- Настольные развивающие игры.
- Сувенирная продукция для награждения.

2.2.3. Информационные ресурсы

1. Обеспечение информирования населения о сроках и содержании программы в средствах массовой информации: телевидение «Югорск ТВ», газеты «Югорский вестник», официальный сайт учреждения <https://sferaugorsk.ru>, социальные сети «Одноклассники», «ВКонтакте», мобильное социальное приложение Wiber.

2. Разработка и распространение буклетов, памяток, листовок для участников программы.

2.2.4. Методические ресурсы

Методическое обеспечение осуществляется специалистами Учреждения, участвующими в реализации программы.

1. Подбор методической литературы, аудио и видеоматериалов.
2. Разработка конспектов мероприятий, анкет.
3. Подготовка раздаточного материала для проведения мероприятий.
4. Дидактические, диагностические материалы (тесты, опросники, анкеты).

2.3. Контроль и управление (координация) программой

За ходом реализации программы администрацией учреждения осуществляется контроль с целью фиксирования состояния работы на разных этапах, выявления проблем, которые не были должным образом оценены на этапе разработки программы и рассмотрения вариантов их разрешения.

Предварительный контроль осуществляется до фактического начала реализации программы, с целью проверки готовности программы к реализации (обеспечение материально-техническими, методическими и финансовыми ресурсами, кадрами).

Текущий контроль выполняется непосредственно на этапе реализации программы. Его цель – эффективность выполнения работы, исполнение мероприятий по срокам, качеству выполнения.

Заключительный контроль проводится при завершении реализации программы. Контролируются на сколько достигнутые результаты соответствуют ожидаемым.

2.4. Ожидаемые результаты

Таблица 5

№ п/п	Задачи	Ожидаемые результаты	
		Качественные	Количественные
1	Проанализировать реестр семей с детьми, находящихся в социально опасном положении и иной трудной жизненной ситуации, на предмет выявления подростков, нуждающихся в участии в программе	Проанализирован реестр семей с детьми, находящихся в социально опасном положении и трудной жизненной ситуации, на предмет выявления подростков, нуждающихся в участии в программе	–
		Сформирован список подростков для участия в программе	
2	Привлечь к реализации программы некоммерческие общественные организации, молодежные объединения, учреждения системы профилактики социального сиротства, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних	–	Привлечено к реализации программы не менее 6 учреждений и организаций города
3	Организовать обучение добровольцев-наставников посредством проведения тренинговых занятий, практикумов	Организовано плановое обучение добровольцев-наставников	Сформирована группа добровольцев-наставников в количестве не менее 10 человек
			Прошли обучение 100% добровольцев-наставников, задействованных в программе
4	Организовать деятельность объединений подростков и клубов по интересам под руководством наставников	Организована деятельность клубов по интересам	Организована социально-реабилитационная работа для подростков в количестве не менее 30 человек
			Организована работа не менее 4 клубов по интересам
			Закреплено индивидуальное наставничество не менее чем за 3 подростками, участвующими в программе

5	Снизить долю повторных правонарушений подростков, участвующих в программе	Отсутствуют повторные правонарушения у подростков, участвующих в программе	
6	Проанализировать эффективность проведенных мероприятий в рамках программы	План проведения мероприятий исполнен в полном объеме	Удовлетворенность участников программы реализуемыми мероприятиями составляет не менее 95% от общего количества участников программы
		Проанализирована эффективность реализации программы, внесены корректировки (при необходимости)	

2.5. Список литературы

Книга одного автора

1. Аксюта М. Почему одни подростки трудны, а другие – нет. Воспитание с помощью окружения / Максим Аксюта, Татьяна Сандлер. – М.: В Круге, 2014. – 360 с.
2. Богатырева, Т.Л. Практическому психологу. Цикл занятий с подростками 10-12 лет / Т.Л. Богатырева. – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 144 с.
3. Дмитриева, Н.Ю. Кризисы детского возраста. Воспитание подростков: моногр. / Н.Ю. Дмитриева. – М.: Феникс, 2016. – 160 с.
4. Карцева, Л.В. Психология и педагогика социальной работы с семьёй: учебное пособие. М.:2007 – 224 с.
5. Королева, М. Предпосылки употребления психоактивных веществ подростками / Марина Королева. – М.: 2012. – 532 с.
6. Холостова, Е.И. Социальная работа с семьёй: учебное пособие. – 2-е изд. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2008. – 212с.

Статья из журнала

1. Методы работы с неблагополучными семьями: сборник вариативных программ по работе с семьёй и детьми. – Ханты-Мансийск: Полиграфист, 2007. – 66 с.
2. Социальное обслуживание семьи и детей: нормативные правовые акты: Сборник нормативных документов. – М.: Государственный НИИ семьи и воспитания, 2001. – 336 с.
3. Социальный менеджмент: методическое пособие. М., 2008. – 191с.
4. Социальная реабилитация несовершеннолетнего и сохранение его семейного окружения: методические рекомендации. – М.:ГосНИИ семьи и воспитания, 2003. – 160 с.

Электронные ресурсы

1. Статьи «Известия» <https://iz.ru/news/262541>
2. Статистика правонарушений несовершеннолетними в России <https://yandex.ru/search/?text=статистика+правонарушений+несовершеннолетними+в+россии&clid=2236985&banerid=0500000134%3A59f2b9fce02e810018158f54&win=258&lr=11177>

III. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

План мероприятий программы

Мероприятия	Сроки исполнения	Исполнители
1 этап – Организационный		
Актуализация плана мероприятий программы. Формирование группы волонтеров, изготовление и распространение рекламной продукции, формирование клубов по интересам	ежегодно – январь	Психологи отделения психологической помощи гражданам
Формирование списка потенциальных участников программы из числа подростков, находящихся в социально опасном положении и иной трудной жизненной ситуации		Психологи отделения психологической помощи гражданам, Специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам
Формирование списка потенциальных добровольцев-наставников для участия в программе		Заместитель директора, психолог отделения психологической помощи гражданам
Проведение общего собрания участников программы совместно с несовершеннолетними участниками в формате игровой программы (презентация программы «Лига сильных», знакомство участников, игровая программа, тренинг)	ежегодно (январь – март)	Заместитель директора
Формирование плана проведения мероприятий для подростков	ежегодно (январь – февраль)	Психологи, специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи граждан, добровольцы-наставники
Проведение родительского собрания. (Презентация проекта программы «Лига сильных». Сбор согласий на участие несовершеннолетних)	ежегодно	Заместитель директора, психолог отделения психологической помощи граждан
2 этап – Практический		
ОБУЧЕНИЕ ДОБРОВОЛЬЦЕВ-НАСТАВНИКОВ		
1. Вводные тренинговые занятия		
Темы, содержание	Сроки	Исполнители
Зона турбулентности» (особенности подросткового возраста)	ежегодно – январь	Психолог отделения психологической помощи

		граждан
Командообразование и развитие коммуникативных навыков волонтеров		Психолог отделения психологической помощи граждан
Развитие личностного потенциала волонтера-наставника как условие успешного взаимодействия с несовершеннолетним	ежегодно – февраль-март	Психолог отделения психологической помощи граждан
Развитие креативного мышления		Психолог отделения психологической помощи граждан
Межличностное общение или тренинг влияния и противостояния влиянию		Психолог отделения психологической помощи граждан
2. Семинары, практикумы		
Основные цели и задачи программы. Права и обязанности участников программы. Уровни мотивации добровольцев. Плюсы и минусы каждого уровня. Портрет добровольца волонтеру – рекомендации к будущей деятельности	ежегодно – март	Психологи отделения психологической помощи граждан
Ожидания подростка от участия в программе и общения с наставником. Потребности подростка. Психологические особенности детей подросткового возраста. Возрастная психология детей. Последовательность стадий взросления. Понятие нарушенного развития. «Мозаика развития»	ежегодно – апрель	Психолог отделения психологической помощи граждан
Осознание собственных ресурсов и ограничений в работе с данной категорией детей. Определение возможных трудностей в работе; Основы эффективной коммуникации и взаимодействия с детьми. Коммуникация, интеракция и перцепция как три стороны общения. Базовые коммуникативные компетенции. Специфика общения с подростками; Способы увеличения эффективности общения: активное слушание, эмпатия, поддержка и похвала. Методы воздействия на ребенка		Психолог отделения психологической помощи граждан
Трудное поведение и конфликты в отношениях с детьми.	ежегодно – май	Психолог отделения психологической помощи

<p>Основные причины трудного поведения ребенка. Травмы. Виды детской манипуляции. Стратегии поведения взрослого. Способы поведения в конфликтных ситуациях. Технология «Я-высказывание». Конструктивная обратная связь</p>		<p>граждан</p>
<p>Программа безопасности ребенка. Этические нормы в общении с детьми. Безопасность в быту, в общественных местах, в транспорте (памятка, инструкция). Профилактика жестокого обращения с детьми и способы реагирования в случае рассказа ребенка о жестоком обращении по отношению к нему. Выдержки из Уголовного кодекса РФ</p>		<p>Специалист по работе с семьей, психолог отделения психологической помощи гражданам</p>
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КЛУБОВ ПО ИНТЕРЕСАМ		
<p>Объединение подростков «Перекрёсток» (психологическое направление) (Приложение 1)</p>	<p>в течение года</p>	<p>Руководитель клуба – Гордиенко Денис Викторович, психолог учреждения</p>
<p>Агентство «Молодой журналист» (исследовательское, профориентационное направление)</p>		<p>Руководитель клуба – Крицкая Анастасия Сергеевна, журналист, корреспондент телекомпании «НОРД ТВ Югорск»</p>
<p>Добровольческий клуб «Победа» (патриотическое, экологическое направление)</p>		<p>Руководители клуба – Корнетова Татьяна Александровна и Созыкина Евгения Александровна, представители молодежного комитета УЭЗиС ООО «Газпром трансгаз Югорск»</p>
<p>Спортивный клуб «Лига» (спортивно-оздоровительное направление)</p>		<p>Руководитель – Никулин Дмитрий, член молодежного комитета УЭЗиС ООО «Газпром трансгаз Югорск»</p>
<p>Музыкальный клуб «На волне» (творческо-развивающее направление) (Приложение 2)</p>		<p>Руководители – Попкова Алена Владимировна, сотрудник АНО СПОН «Югорчане» города Югорска, Фомина Александра Александровна, специалист по работе с семьей</p>
ОРГАНИЗАЦИЯ МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ		

Квест-игра «Знакомство с Лигой»	ежегодно – январь	Заместитель директора, психологи отделения психологической помощи граждан Добровольцы-наставники
Спортивно-оздоровительное мероприятие «Горячий лед»	ежегодно февраль, апрель ноябрь	Руководитель – Никулин Дмитрий, член молодежного комитета УЭЗиС ООО «Газпром трансгаз Югорск»
Акция «Пока герои рядом!»	ежегодно май	Руководители клуба – Корнетова Татьяна Александровна и Созыкина Евгения Александровна, представители молодежного комитета УЭЗиС ООО «Газпром трансгаз Югорск»
Развлекательное мероприятие «Здравствуй, Лето!»	ежегодно июнь	Руководители клуба – Корнетова Татьяна Александровна и Созыкина Евгения Александровна, представители молодежного комитета УЭЗиС ООО «Газпром трансгаз Югорск»
Экскурсия в редакцию и студию «Норд»	ежегодно – июнь	Руководитель клуба – Крицкая Анастасия Сергеевна, журналист, корреспондент телекомпании «НОРД ТВ Югорск»
Мастер класс по нетрадиционным техникам рисования	ежегодно август – сентябрь	Руководители – Попкова Алена Владимировна, сотрудник АНО СПОН «Югорчане» города Югорска, Фомина Александра Александровна, специалист по работе с семьей
Мастер класс «Мыльный пузырь – большой и маленький»		
Мастер класс по изготовлению мягкой игрушки		
Экологическая акция «Чистый город!»	ежегодно сентябрь	Руководители клуба – Корнетова Татьяна Александровна и Созыкина Евгения Александровна, представители молодежного комитета УЭЗиС ООО «Газпром трансгаз Югорск»
Концертная программа «Согреем	ежегодно	Руководители – Попкова

детские сердца»	декабрь	Алена Владимировна, сотрудник АНО СПОН «Югорчане» города Югорска, Фомина Александра Александровна, специалист по работе с семьей
Спортивное многоборье «Мама, папа, Я – спортивная семья»	ежегодно май	Руководитель Никулин Дмитрий, член молодежного комитета УЭЗиС ООО «Газпром трансгаз Югорск»
Информационное родительское собрание с элементами тренинга «Наши достижения»	ежегодно февраль	Заместитель директора, психолог
Индивидуальное консультирование родителей	по мере необходимости	Психологи отделения психологической помощи гражданам
Индивидуальное наставничество	в течение реализации программы	Добровольцы-наставники
Подготовка и размещение информации в средствах массовой информации	по мере проведения мероприятий	Специалисты учреждения
3 этап – Аналитический		
Подведение итогов	ежегодно декабрь	Заместитель директора, Психологи, специалисты по работе с семьей отделения психологической помощи граждан
Торжественное собрание, награждение лучших «лигионеров» и наставников	ежегодно январь	
Распространение опыта	в течение года	

Механизм реализации программы

Одна из серьезных трудностей при внедрении программ с элементами наставничества – привлечение и отбор добровольцев, способных стать значимым взрослым для молодого «трудного» подростка.

Повышение эффективности и дальнейшее развитие практики наставничества видится в изучении опыта с целью выделения перспективных методик, разработки специального диагностического материала, способного исключить попадания в наставники «случайных людей», повышении социальной значимости института наставничества, популяризации успешных случаев наставничества.

Работа по подготовке добровольцев-наставников строится при профессиональном сопровождении психологов, специалистов по социальной работе Учреждения.

Подготовка добровольцев-наставников

Подготовка добровольцев-наставников – это процесс, включающий несколько этапов:

- привлечение потенциальных добровольцев-наставников;
- диагностика и отбор добровольцев-наставников;
- обучение добровольцев-наставников.

Привлечение потенциальных добровольцев-наставников

На данном этапе основной целью деятельности является привлечение максимального количества добровольцев, необходимого для участия в программе (это количество варьируется в зависимости от числа подростков-участников программы). Для достижения этой цели проводятся встречи, презентации программы, круглые столы, на которые приглашаются действующие или бывшие наставники, готовые поделиться собственным опытом. Также организуются встречи с потенциальными волонтерами, уже заинтересовавшимися такого рода деятельностью. Встречи проходят в неформальной, дружеской обстановке. Кураторы программы имеют возможность рассказать о ее специфике, ответить на интересующие вопросы.

Привлечению волонтеров способствует и распространение информации о программе через средства массовой информации (социальные сети, печатные издания, телевидение, радио и др.).

Основная целевая группа потенциальных кандидатов в наставники – люди в возрасте от 23 и старше, половой состав участников не принципиален.

Диагностика и отбор добровольцев-наставников

Отбор происходит посредством проведения анкетирования, глубинного интервью и психологической диагностики. Целью данного этапа является составление целостного представления о личности

добровольца. Изучаются личностные особенности, психологические характеристики, увлечения и ценности потенциального наставника. Также огромное внимание уделяется изучению мотивации добровольца. Специалисту важно понять, почему человек решил заняться добровольческой деятельностью, чем именно его привлекла программа наставничества и работа с «трудными» подростками.

Доброволец имеет возможность в процессе подготовки получить для себя комплекс психолого-педагогических методик направленных на изучение личностных особенностей детей, дающих знания и способности понимать поведение людей и их мотивы.

Используемые методики:

- индивидуально-типологический опросник Л.Н.Собчик (оригинальная версия);
- проективная методика «Рисунок несуществующего животного» (оригинальная версия);
- тест Томаса – типы поведения в конфликте (оригинальная версия);
- методика ценностной ориентации Рокича (модифицированный вариант);
- цветовой тест Люшера (оригинальная версия).

По результатам диагностики специалист составляет социально-психологический портрет каждого добровольца, на основе которого делается вывод. Если кандидат на роль наставника не отвечает критериям и требованиям программы, то его кандидатура отклоняется.

Обязательными условиями вступления добровольцев в программу является сбор справок об отсутствии судимости и состоянии здоровья (в том числе психического), а также рекомендательных писем, одно из которых предоставляется с места работы добровольца.

Обучение и подготовка добровольцев-наставников

Подготовка добровольцев сосредоточена на получении знаний, умений, навыков, выработке психологических установок, необходимых для выстраивания осмысленных и продуктивных отношений с ребенком. Целью обучения добровольцев является их подготовка к исполнению роли наставника, повышение эффективности функционирования пар «наставник-ребенок» в рамках программы. В целях эффективного обучения проводятся мероприятия, направленные на знакомство и сплочение участников (Приложение 3).

В ходе реализации подготовки будущих наставников решаются следующие задачи:

- знакомство с основными принципами программы, правами и обязанностями участников программы;
- создание адекватного представления о целях и содержании деятельности добровольцев в рамках программы, корректировка ожиданий добровольца;

- формирование устойчивой мотивации к участию в программе, повышение осознанности выбора волонтерской деятельности;
- развитие навыков взаимодействия с ребенком, коммуникативных навыков.

Для эффективности работы с добровольцами на этапе подготовки используются такие формы работы как социально-психологический тренинг, индивидуальные консультации, круглые столы. Продолжительность программы обучения подготовительного тренинга составляет 16 часов.

Результаты, ожидаемые по завершению подготовительного тренинга для волонтеров:

- готовность участников к выполнению роли наставника для подростка;
- выполнение добровольцами основных принципов работы по программе;
- формирование адекватных ожиданий у волонтеров от участия в программе;
- повышение уровня их педагогической компетентности.

Реализация данной программы психолого-педагогической подготовки добровольцев удобно осуществлять два раза в неделю, в зависимости от того, насколько быстро нужно подготовить группу к работе. Рекомендованная продолжительность одного занятия – 2 часа. В этом случае у участников группы есть время на выполнение домашних заданий, самостоятельное изучение тем и более глубокое осмысление пройденного материала.

Также отдельной составляющей программы может стать круглый стол с волонтерами, имеющими опыт работы с детьми.

Поддержка наставничества через консультирование регулярно в течение всего периода реализации программы.

Инструментарий для подготовки добровольцев:

- 1) Анкеты для кандидатов в наставники.
- 2) Анкеты для подростков.
- 3) Мониторинг.

Механизм реализации деятельности клубов по интересам

Клуб для подростков – та самая организация, которая помогает ему пережить действительно сложный этап в его жизни. Ведь это не только дополнительная возможность позитивного неформального общения со сверстниками, но и шанс найти для подростка «значимого взрослого» со схожими интересами, который, в будущем, может стать для него настоящим наставником. В Приложении 4 представлены примерные занятия, используемые в работе клубов.

Цель деятельности клубов по интересам – создание условий для личностного роста подростка путем активизации его внутреннего,

творческого потенциала, самоопределения и самореализации в различных видах деятельности.

Задачи деятельности клубов по интересам:

- Социализация и организация положительного, насыщенного общения подростков.
- Организация и реализация творческого потенциала через совместную деятельность.
- Приобретение новых умений и навыков в различных видах деятельности.

Возможные направления деятельности:

- эстетическое;
- познавательное;
- экологическое;
- трудовое;
- физкультурно-оздоровительное;
- предметно-практическая и др.

Функции:

- развивающая (раскрытие творческого потенциала личности, формирование творческой индивидуальности);
- культурно-досуговая (формирование навыков рациональной организации свободного времени, приобщение к культуре);
- спортивно-оздоровительная (восстановление физических и психических сил личности);
- психологическая (коррекция и социальная адаптация);
- профориентационная (определение профессиональных склонностей и стремлений, изучение потенциального трудового рынка, обеспечение занятости).

Клубы разделяются по сфере интересов и исходя из предложений и возможностей добровольцев-наставников. Деятельность клубов по интересам расширяет кругозор ребенка, позволяя ему улучшить собственные способности, навыки. К тому же, у ребенка появляются новые друзья и знакомые. Происходит своеобразная социализация подростка, пусть и в малом кругу общения. Благодаря новым знакомым из числа сверстников, ребенок узнает что-то новое, гораздо легче переживая сложный этап своей жизни. Еще одно важное направление, в котором развиваются современные подростковые клубы – это важная общественная деятельность. Так, под началом опытного наставника, могут собраться дети, неравнодушные в музыке, к спорту или к журналистике и т.п.

Разумеется, организовать подобный клуб по интересам самостоятельно детям не под силу. Вся деятельность должна происходить под общим руководством специалистов учреждения, желающих работать с подростками не только в стенах учреждения, но и организовывать дополнительное реабилитационное пространство. От разнообразия методик и технологий, используемых руководителями клубов, а также от

их личной заинтересованности зависит тот уровень интереса, который будет пробужден в детях.

В подростковом возрасте многие способные ребята испытывают серьезные комплексы и просто не могут выразить себя. Из этих внутренних проблем рождаются серьезные и опасные депрессии. Подростковый клуб помогает преодолеть стеснения, снова и снова проявляя себя.

Поэтому деятельность клубов, как и реализация программы в целом, должны основываться на нескольких основополагающих **принципах**:

Принцип творчества и успеха. Индивидуальная и коллективная творческая деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности детей. Благодаря творчеству ребенок выявляет свои способности, узнает о «сильных» сторонах своей личности. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной Я – концепции личности подростка.

Деятельностный подход в воспитании состоит в том, что подросток живет реальной, сегодняшней жизнью, поэтому ему необходима интересная, отвечающая его потребностям и особенностям деятельность: игровая, трудовая, досуговая, творческая и т. д.

Дифференциация воспитания предполагает отбор содержания, форм и методов воспитательного процесса, учет этнических, религиозных, культурологических условий и т. д.

Принцип комплексного подхода позволяет воспитывать и развивать какие-либо качества ребенка в комплексе, а не по очереди. Деятельность ребенка в клубе строится так, чтобы в ней человек раскрывался с разных сторон.

Принцип гуманистического воспитания предполагает, что дети, как и педагоги, наставники, специалисты – субъекты воспитательной системы; объединение детей и взрослых в единый коллектив.

Принцип доверия и поддержки основывается на вере в ребенка, доверии ему, в поддержке его устремлений к самореализации и самоутверждению.

Принцип личностно-ориентированного воспитания – признание личности ребенка высшей социальной ценностью, принятие его таким, какой он есть.

Принцип природосообразности воспитания предполагает учет возраста, пола, особенностей психики и физиологии ребенка.

Культурологический подход обеспечивает режим наибольшего благоприятствования детям в приобщении к культуре, в формировании эстетического вкуса.

Принцип средового подхода очень важен. Клуб не может оградить детей от негативных влияний среды, но в состоянии включить в деятельность детей заботы и проблемы социума, ближайшего окружения.

Принцип выбора. Без выбора невозможно развитие индивидуальности, самоактуализации способностей ребенка.

Принцип толерантности. Терпимое, уважительное отношение к людям, признание права каждого человека на ошибку и индивидуальное поведение в рамках законов, принятых обществом. Культура и философия толерантности базируются на признании за каждым человеком права иметь собственные взгляды, принципы, отношение к происходящему, свои национальные и религиозные воззрения, своё отношение к культуре и моде, к людям и окружающему миру.

Процесс организации деятельности в клубе имеет следующие особенности:

1. Подростки приходят в клубы на занятия творческих объединений и массовые мероприятия в свободное от основной учебы время.

2. Деятельность организуется на добровольных началах всех сторон (дети, добровольцы-наставники, родители).

3. Психологическая атмосфера носит неформальный комфортный характер, не регламентируется обязательствами и стандартами.

4. Подросткам предоставляются возможности сочетать различные направления и формы занятий.

5. Допускается переход подростков из одного клуба в другой либо посещать несколько.

6. Профиль и тематика массовых мероприятий, проводимых в рамках клубов, определяется исходя из «социального заказа» и направления деятельности детского клуба.

7. Деятельность носит развивающий характер, главным является не сообщение знаний, а выявление жизненного опыта подростков, включение их в сотрудничество, в активную творческую деятельность.

8. Обеспечение методической и психологической поддержки личностного роста участников.

9. Создание условий для раскрытия и повышения творческого потенциала участников.

10. Формирование здорового образа жизни, активизация спортивно-массовой и оздоровительной работы.

Клубы являются не столько местом получения знаний, сколько микросоциумом, в котором идет процесс формирования ценностей, норм и навыков полноценного развивающегося общения, формирование навыков самоориентации ребенка в бесконечных информационных пространствах, социумом взаимного развития педагогов, детей и их родителей, обращающим свободное время детей в условия и инструмент их предсказуемого развития.

Заполнение свободного времени детей интересным и позитивным содержанием, обеспечение группового общения по интересам, отвлечение от бездумного времяпрепровождения «на улице» – таков социальный и

педагогический фон развития современного подростка в творческих объединениях клубов по месту жительства.

Работа с родителями

Несмотря на то, что идеей программы с элементами наставничества является «поиск» для подростков, не имеющих в своей жизни позитивный пример, «значимого взрослого», важнейшим аспектом всё же является работа с родителями. Только при взаимодействии ребенка, семьи и социального окружения возможна организация полноценного воспитательного процесса.

Организация психолого-педагогического просвещения родителей (проведение родительских собраний, индивидуальные консультации и беседы психолога с родителями).

Специалисты и добровольцы-наставники информируют родителей о деятельности клубов. Вовлечение родителей в процесс, в совместную с детьми творческую социально-значимую деятельность, укрепляют союз «родитель – подросток – специалист».

Формы совместной деятельности родителей и детей:

- организация досуга;
- фотовыставки;
- семейные спортивно-оздоровительные программы.

Такие формы работы с родителями призваны развивать коллективизм, взаимоподдержку, сопереживание, более глубокое сплочение детей и родителей.

Цикл совместных занятий
«Подростки, наставники, родители»
В рамках деятельности объединения подростков «Перекрёсток»
(психологическое направление)

Занятие первое
«Знакомство»

Задачи:

- Знакомство, снятие напряжения, сокращение дистанции в общении.
- Выработка правил работы в группе.
- Анализ семейных взаимоотношений и определение типа родительского восприятия.

Время работы: 90-120 минут.

Ход занятия

1. «Путаница»

Группа встаёт в круг. По сигналу все закрывают глаза и, вытянув вперёд руки, встречаются в центре круга. Правой рукой каждый берёт руку любого члена группы, левая рука оставлена для того, чтобы за неё кто-нибудь взялся. После этого все открывают глаза. Ведущий помогает участникам таким образом, чтобы за каждую руку держался только один человек. Задача группы- распутаться, не отпуская рук, так, чтобы снова получился круг. Кто-то при этом окажется обращённым в круг, а кто-то-лицом из круга.

2. «Звуки имени»

Всем участникам даётся следующее задание: течение 7-10 минут написать на листочках своё имя и подготовить о нём краткий рассказ по следующей схеме:

- Почему родители дали Вам такое имя?
- Что Вы знаете о своём имени (значение, происхождение, легенду)?
- Кто из известных людей имел или имеет такое же имя, и вызывает ли у Вас этот человек симпатию?
- Как относитесь к своему имени Вы сами и окружающие?

3. Выработка правил работы в группе

4. «Никогда, изредка, часто»

Перед вами – несколько вопросов. Внимательно прочитайте каждый из них и отметьте плюсом ваш выбор в соответствующей графе в таблице.

1. Разговариваете ли Вы с Вашим ребенком:

- о достижениях в жизни;

- религии;
 - семейных традициях;
 - шутках, анекдотах;
 - актуальной политике;
 - сексе.
2. Принято ли в вашей семье разговаривать с ребенком по поводу:
- вашей работы;
 - семейного бюджета;
 - отношений с супругом (ой);
 - воспитания детей в вашей семье;
 - ваших чувствах гнева, растерянности, беспомощности, боли;
 - воспоминаниях вашего детства и юности;
 - этапах вашей семейной жизни, пережитых радостях и горестях.
3. Делятся ли с вами дети своими мыслями и чувствами по поводу:
- необычных явлений и событий их жизни;
 - их чувств;
 - их мечтаний;
 - отношений со сверстниками;
 - любви и дружбы, верности и предательства.

Вглядитесь в листок с вашими ответами! Все ли вас устраивает? Что бы хотелось изменить, исправить, что оставить таким как есть? Что на ваш взгляд нужно сделать, чтобы ситуация максимально приблизилась к вашему видению ее?

Никогда	Изредка	Часто

5. Заполнение анкеты по формулированию цели

1. К окончанию курса занятий мне бы хотелось.....
 2. Я хочу этого потому, что.....
 3. Достичь желаемого результата мне может помешать.....
- Сейчас, начав своё движение к цели, я нахожусь на (выберете соответствующую цифру)
- По окончанию тренинга мне бы хотелось находиться на отметке (поставьте вторую отметку)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Худшее					Лучшее				
положение					положение				
дел					дел				

6. «Спина к спине»

Выбираются два добровольца (родитель и ребёнок) и садятся на стулья, спиной друг к другу. Обоим участникам выдаются одинаковые комплекты игрушек, различные фигурки: деревья, животные, люди, домики, киндеры, конструктор и т.п. Одному из пары ведущий даёт инструкцию составить сюжетную картинку, а второму попытаться повторить её. По ходу выполнения задания можно разговаривать и задавать друг другу уточняющие вопросы, поворачиваться и смотреть нельзя.

Возможно, усложнить инструкцию и модифицировать упражнение. Например, маме, прошептать, чтобы она чаще хвалила своего ребёнка; ребёнку на любые вопросы родителя отвечать только «да» или «нет». Заканчивать упражнение необходимо на позитиве. Показать, что в итоге, всё-таки удалось понять друг друга, научились сотрудничать

После завершения задания можно задать следующие вопросы:

- что понравилось в ходе выполнения упражнения?
- было ли интересно?
- как пытались взаимодействовать?
- какой способ взаимодействия лучше?
- какую ситуацию из жизни напоминает это упражнение?

Завершение упражнения

7. Рефлексия дня

Домашнее задание для родителей

Написать сочинение на тему «**Мой ребёнок**» с целью последующего обсуждения его в группе. Никаких дополнительных инструкций относительно содержания, формы или объёма сочинения не даётся (в начале и в конце курса). При последующем обсуждении участники отмечают общий эмоциональный тон повествования, характерные фразы, отражающие отношение родителя к ребёнку и пр.

Занятие второе

«Не похожий на меня, не похожий на тебя»

Задачи:

- Преодолеть внутренние барьеры, страх и неуверенность перед другими людьми.
- Помочь проявиться своеобразию и уникальности каждого человека.
- Продемонстрировать на практике различия, присущие подходу разных людей к одной проблеме.

Время работы: 90-120 минут.

Ход занятия

1. Разминка «Ветер дует на...»

Ведущий: сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем мы это так: стоящий в центре круга (для начала это буду я) предлагает поменяться местами всем тем, кто обладает каким-то общим признаком, умением, качеством. Например, я скажу: «Ветер дует на того, кто носит очки», «...у кого есть уши», «... голубые глаза» и т.д. При этом тот, кто стоит в центре круга, постарается в момент пересаживания занять одно из свободных мест, а тот, кто останется в центре круга без места, становится ведущим.

2. Обсуждение домашнего задания

При обсуждении участники отмечают общий эмоциональный тон повествования сочинения, характерные фразы, отражающие отношение родителя к ребёнку и пр.

3. «Самый-самый»

Для этой игры нам потребуется ведущий- тот, кто готов первым оценить товарищей по группе самым непривычным образом. Ему предстоит расставить товарищей в зависимости от интенсивности проявления тех или иных качеств. Те, у кого данное качество преобладает, будут находиться во главе колонны, а тот, у кого оно почти не проявлено, замкнёт строй.

– Итак, кто готов стать ведущим? Наш ведущий, наверное, думает, что ему придётся назвать сейчас самого красивого, доброго, умного. Как бы не так! Мы ведь пытаемся отойти от стереотипов.

Для начала я попрошу ведущего определить, кто самый солнечный из находящихся здесь людей. Я не буду объяснять кто «самый солнечный», положимся на творчество, чувство юмора, умение ассоциативно мыслить самого ведущего. Итак, он отобрал из всех игроков самого солнечного, а теперь я попрошу его продолжить шеренгу, разместив всех участников по порядку убывания этого признака.

Другие варианты:

- самый кислый
- самый семейный
- самый жёсткий
- самый прозрачный
- самый дождливый
- самый белый и пушистый
- самый когтистый
- самый газированный
- самый хрупкий

Завершение: обсуждение игры

4. «Два племени»

Группа делится на две подгруппы – детскую и взрослую. Подгруппа садится в тесный круг как можно дальше от другой подгруппы. Участники одной из групп получают точки-наклейки и наклеивают их на лоб или на тыльную часть ладони. Тренер начинает свой рассказ.

Однажды на какой-то планете жило племя Чунга-Чанга, и было это племя детей рыжих, блондинов, брюнетов, разных цветов кожи, характера, привычек. Интересно, чтобы эту роль сыграла группа взрослых, родителей.

На той же планете, совсем не зная о существовании детского племени, жило племя Родаки. Это были взрослые ответственные люди, откликнувшиеся на имя *родители*, у них было ещё несколько кличек: *предки, динозавры, серьёзные...* (выбирается название для группы, которая будет этим племенем).

Итак, вы знаете, к какому племени принадлежите. О существовании другого племени Вам ничего неизвестно. Задача: в течение 5-7 минут придумать и написать 10 качеств, которые характеризуют Ваше племя! Это могут быть внешние черты, образ мыслей, особенности характера, всё то, что объединяет Вас.

Через 5-7 минут даётся новое задание: оказалось, что племена живут на одной планете. Они увидели друг друга, попытались рассмотреть на расстоянии, и решили, что... (даём ещё 5-7 минут для того, чтобы записать 10 свойств, качеств, признаков, отличающих ДРУГУЮ группу).

Далее рассказ о том, что племена поняли, что живут рядом друг с другом, занимают небольшую и общую территорию. Задумались члены племени над последней задачей: найти 10 признаков, общих для Родаков и для Чунга-Чанга. В чём они сходны, близки, что может стать фундаментом в построении общего дома двух племён.

Завершение упражнения

Возвращаем игроков в общий круг. Просим их выделить по одному человеку, который прочтёт результаты каждого тура. И так параллельно, по каждому этапу упражнения.

5. «Я не такая, я вся иная»

Разбиваем группу на пары. В каждой паре просим партнёров в течение 10 минут рассказать друг другу о какой-то особенности или привычке, которая самим человеком, или его близкими воспринимается как нечто негативное, мешающее.

Затем в течение 20 минут каждому участнику необходимо это качество представить с другой, положительной стороны. НАПРИМЕР, медлительность становится вдумчивостью и неспешным, основательным вхождением в материал; недостаток храбрости – хорошей природной самозащитой, отсутствием авантюризма; неряшливость – свойством творческой природы не замечать пошлого быта, а быть творцом идеального.

Завершение упражнения

Результат переосмысления качества представляется основной группе в виде монолога, рисунка, комикса.

6. Рефлексия дня

Домашнее задание для родителей

«Знаем ли мы своих детей?» – родителям предлагаются вопросы для определения степени их осведомлённости в различных сферах

интересов и предпочтений ребёнка. Отвечая на вопросы, родители, заполняют таблицу, где отвечают за себя и за ребёнка, оставляя место для реального ответа ребёнка, который они получают уже дома.

Вопрос	Ответ родителя	Предполагаемый ответ ребенка	Реальный ответ ребенка
Любимое животное ребёнка и почему? Нелюбимое животное ребёнка и почему?			
Любимый цвет и почему? Нелюбимый цвет и почему?			
Любимая музыкальная группа?			
Любимое блюдо. Нелюбимое блюдо			
Какие черты в характерах людей нравятся вашему ребёнку. А какие не нравятся?			
Если бы у вашего ребёнка была фантастическая возможность стать кем-то на один день, то он бы стал... Почему?			
В какого животного превратил бы добрый волшебник вашего ребёнка? А злой?			

Занятие третье «Пойми мои чувства»

Задачи:

– Осознание участниками тренинга значимости различных чувств и эмоций в жизни человека и их влияния на взаимоотношения людей.

Время работы: 90-120 минут.

Ход занятия

1. Разминка «Коллективный счёт»

Участники стоят в кругу, опустив головы вниз, не глядя друг на друга. Задача группы – называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок.

При этом, должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнёт счёт и, кто назовёт следующее число (запрещается договариваться друг с другом); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий просит снова начать с единицы.

2. Обсуждение домашнего задания

3. «Типы родительского восприятия»

Ведущий раздаёт каждой паре (родитель-ребёнок) листок с описанием типов родительского восприятия. Просит прочесть его, и определить к какому типу принадлежит их родительская позиция. Определить, какие недостатки присущи выбранному ими типу. И какой, на их взгляд, является наиболее эффективным во взаимоотношениях с ребёнком?

1. Собственник

Эгоцентризм в принятии и отношении к ребенку. Ребенок – как приложение к моей личности. Он ведом и организуем мною, родителем, и не имеет самостоятельного значения: «Он принес мне двойку!», «Смотри не заболей мне», «Не вздумай у меня выскочить замуж!», «Когда я больна, он уходит на работу!»

2. «Ни в одной другой семье!»

Родитель видит ситуацию в сопоставлении своего чада с принятой нормой. Мой ребенок в сопоставлении с ребенком соседей, родственников, друзей, мальчиком/девочкой из «Букваря» или книжки «Современный этикет». Норма задается, исходя из «что такое хорошо, что такое плохо», установленным кем-то внешним (окружением, родственниками, обществом, примерами из газет).

«Ни в одной другой семье ребенок не проводит столько времени у телевизора!», «Она у меня точь-в-точь, как ваша Настенька», «Что ты надел?!» Посмотри, как выглядит Олег!», «Если ребятам из твоего класса этот праздник интересен, так что же ты нос-то воротишь?», «У всех дети как дети, только мой...».

3. «Моему ребенку необходимо...»

Этот тип интерпретации действительности характеризуется родителем следующим репертуаром пап и мам:

«Мой сын обязан учиться на этом курсе. Вы не можете ее не принять!», «Что значит, что в вашем клубе нет кружка балета? Что же ей – ездить за пять километров в центр города?», «Перестаньте говорить глупости! Моей дочке такой тренер по гимнастике не нужен!».

Обсуждение задания

Команды озвучивают свои ответы. В заключении делается вывод о том, что каждый из предложенных типов не учитывает потребностей, желаний и чувств самого ребёнка. В этих примерах родитель считает необходимым то, что видит через призму своих собственных интересов, желаний, эмоций, с точки зрения «себя любимого».

4. «Пойми мои чувства»

Работают одновременно две команды: родителей и детей. Обеим командам раздаются таблицы с описанием различных ситуаций (для каждой группы свой вариант)

Инструкция родителям:

«Чтобы понять ребёнка и помочь ему, вам необходимо встать на его место. Перед вами таблица, в которой нужно заполнить графу «Чувства

ребёнка». В левой колонке вы найдёте описание ситуации и слова ребёнка, справа напишите, какие, по вашему мнению, чувства он испытывает в этом случае».

Ситуация и слова ребёнка	Чувства ребёнка
1. «Сегодня, когда я выходил из школы, кокой-то парень выбил у меня портфель, и из него всё высыпалось.	
2. Старший сын – маме «Ты всегда её защищаешь, говоришь: «Маленькая, маленькая», – а меня никогда не жалеешь!»	
3. Ребёнок влетает в дверь: «Мам, ты знаешь, я сегодня первый написал и сдал контрольную!»	

Инструкция детям:

«А мы, в свою очередь, разберём обратную ситуацию, когда переживает родитель». Вам предлагается написать, какие, по Вашему мнению, чувства испытывают родители в данной ситуации.

Ситуация	Чувства родителя
Дочь влюбилась в хулигана	
Войдя в комнату, видим сына сидящим на подоконнике открытого окна (9 этаж)	
Вы ожидаете гостей. Дочь отрезала и съела кусок торта, который вы приготовили к торжеству	
Вы только что вымыли пол, сын пришёл и наследил	

Обсуждение задания

5. «Коридор эмоций»

Все участники делятся на две шеренги и встают друг напротив друга, образуя коридор. Предварительно каждый получает небольшую записку с текстом- инструкцией для того, кто будет проходить по коридору.

Примеры записок-инструкций:

- Присядь
- Поправь причёску
- Улыбнись
- Выпрями спину
- Застегни пуговицу
- Повернись на 180
- Посмотри на часы
- Наклонись
- Поздоровайся

- Завяжи шнурки
- Повернись ко мне
- Оттряхни колени
- Закрой глаза
- Похлопай в ладоши

Ведущий обращается к тем, кто образует коридор с инструкцией: в то время как человек проходит по коридору мимо Вас, необходимо обратиться к нему с тем текстом, что Вы прочли в записке.

А тому, кто проходит по этому коридору, даётся инструкция пройти как можно быстрее, и в тоже время постараться услышать, что ему говорят.

Дальше выбирается следующий доброволец. Ему задание: пройтись по коридору, но уже с меньшей скоростью.

И последнему даётся инструкция проходить по коридору медленно, внимательно вслушиваясь в то, что говорит каждый, и постараться выполнить всё, что он услышит.

Обсуждение: ведущий обращается к тем, кто проходил по коридору, и спрашивает, как они при этом себя ощущали, какие чувства испытывали. Комфортно ли им было в момент прохождения по коридору? Легко ли было выполнять указания?

6. Притча «Я – настоящий»

Одна семья – отец, мать и семилетний сын – пришла в ресторан пообедать. Официантка, приняв заказ у взрослых, спросила мальчика, что будет заказывать он. Мальчик робко посмотрел на родителей. Они что-то активно обсуждали и не обращали внимания на своего ребёнка. Тогда мальчик произнёс:

– Я хотел бы хот-дог и колу.

Когда официантка записывала заказ ребёнка, мать воскликнула:

– Ещё чего! Никаких хот-догов, никакой колы! Принесите ему картофельное пюре, кусок курицы и салат из капусты!

Официантка, не обращая на женщину никакого внимания, обратилась к ребёнку:

– Простите, вам хот-дог с горчицей или с кетчупом?

– С кетчупом, – тихо ответил мальчик, опустив глаза.

«Ваш заказ будет выполнен через минуту», – сказала официантка мальчику и ушла на кухню.

За столом воцарилась полная тишина, нарушил которую робкий голос мальчика:

– Мама, папа... Официантка думает, что я- настоящий.

Притча «Первый ангел»

За день до своего рождения ребёнок получил возможность задать Богу три вопроса. Ребёнок задал Богу первый вопрос: «Я не знаю, зачем я иду в этот мир. Что я должен делать?»

Улыбнувшись, Бог ответил: «Тебе будет нелегко в том мире, куда ты скоро придёшь. Но я подарю тебе ангела, который всегда будет рядом с тобой и который тебе всё объяснит».

«Но как я пойму ангела, – обратился ребёнок к Богу со вторым вопросом, – ведь я не знаю его языка?»

Улыбнувшись, Бог ответил: «Ангел научит тебя своему языку. Более того, он научит тебя всему! Он будет охранять тебя от всех бед».

«Как зовут моего ангела?» – задал свой последний вопрос ребёнок.

И вновь Бог улыбнулся: «У этого ангела много имён. Но ты будешь называть его мамой».

7. Рефлексия дня

Домашнее задание для родителей

Занятие четвёртое «Общение»

Задачи:

– Обучение навыкам поддержки, «активного слушания», «неформального общения».

– Осознание неэффективных паттернов реагирования в ситуации.

– Развить эмпатические способности, умение услышать и понять другого, гибкость в восприятии.

Время работы: 90-120 минут.

Ход занятия

1. Разминка

Участники группы сидят по кругу. У тренера в руках мяч.

Инструкция:

«Сейчас тот, кто начнёт нашу работу, бросит мяч кому-то из нас и скажет, где окажется тот, кому адресован мяч. При этом у нас не будет никаких ограничений: можно отправлять своих партнёров в самые необычные места – в холодильник, в Древнюю Грецию, на пальму и т.п. Поймав мяч, надо быстро назвать три предмета, которые Вы возьмёте с собой туда, куда Вас направляют. При этом будем внимательны и постараемся не повторять те места, в которых уже «побывали» другие, и те предметы, которые уже назывались».

2. «Поменяемся ролями»

Парам (родитель-ребёнок), предлагается вспомнить и озвучить ситуацию, наиболее часто вызывающую конфликт в их отношениях. Как при этом себя ведёт, и что говорит каждый?

После того, как желающие высказались, ведущий предлагает разыграть несколько сцен. При этом родитель воспроизводит в точности

поведение и реплики ребёнка в такие моменты. А ребёнка просят вести себя в этой ситуации так, как, по его мнению, должен поступать родитель.

Обсуждение задания

3. «Выше – ниже»

«Большинству детей и взрослых очень нелегко научиться чувствовать себя на равных с окружающими. Во многих ситуациях мы склонны воспринимать себя ниже или выше окружающих. Обе эти позиции изолируют нас от других людей и неизбежно приводят к возникновению напряжения в отношениях».

Участников необходимо разделить на две подгруппы. Обе группы начинают одновременное хаотичное движение по помещению.

Те, кто входит в состав первой группы получают инструкцию: представьте себе, что вы как будто бы лучше других людей. Например, Вам кажется, что все они слабее Вас, не такие умные, не такие красивые. Как вы при этом ходите, как чувствуете себя? Покажите это.

Второй группе даётся противоположная инструкция: представьте себе, что вы хуже всех остальных вокруг себя. Вам кажется будто все они умнее, сильнее, лучше одеты. Как Вы держите себя, когда думаете, что хуже других? Покажите нам это.

Продолжаем движение по комнате в течение минуты, затем команды меняются заданиями. В течение минуты пробуют себя в другой роли.

Ведущий: а теперь я хочу, чтобы Вы стали равными. Никто теперь не лучше и не хуже других. Что Вы видите при этом друг в друге? Как Вы чувствуете себя при этом?

Обсуждение задания в кругу

Один из мотивов нашей с Вами работы- это стремление к взаимопониманию между родителями и детьми. Понять другого – значит услышать его чувства, проникнуть в глубинные причины его поведения. Необходимым навыком здесь является «активное слушание». Эмоции, которые подавляются, сохраняются, чувства, которые допускаются и признаются, теряют свою разрушительную силу название и признание подавленных эмоций приносит человеку огромное облегчение, осознание того, что тебя слышат и понимают.

4. «Неформальное общение»

Группа делится на «родителей» и «детей». Группа «дети», в составе которой взрослые, выходят за дверь, и каждый придумывает проблему, с которой он хотел бы обратиться к родителю. В это время группа «Родители», участниками которой являются дети, получает инструкцию не реагировать на просьбы ребёнка под предлогом занятости, усталости и т.п. в течение нескольких минут идёт ролевое проигрывание ситуаций. Затем участники меняются ролями. Однако новые «родители» получают новую инструкцию: отреагировать на слова ребёнка максимальным вниманием, отзывчивостью, желанием предложить свою помощь и поддержку.

Обсуждение чувств участников завершается определением понятий формального (закрытого, равнодушного, неискреннего) и неформального общения (открытого, эмпатийного, искреннего) общения.

5. «Дружелюбные требования»

Временами все мы чего-то хотим от других людей. Многим из нас бывает порой трудно сформулировать собственные требования чётко и ясно. Часто маленькие дети предъявляют вполне ясные требования, но далеко не всегда делают это дружелюбно. Этим упражнением мы подтверждаем право каждого что-то требовать, и представляем возможность потренироваться формулировать наши требования вежливо.

Ситуации для подростка:

1. Пойти с друзьями на дискотеку в ночной клуб.
2. Купить дорогой сотовый телефон (последней модели).
3. Пойти в трёхдневный поход с компанией без сопровождения взрослых.

Ситуации для родителей:

1. Ежедневно приходить с прогулки в строго установленное время (9 часов).
2. Запретить ребёнку общение с «неблагополучным», по мнению родителя, сверстником.
3. Провести выходные дома, в кругу семьи, даже если это противоречит планам подростка.
4. Отсрочить обещанную покупку.

Занятие пятое Заключительное

Задачи:

- Определение понятия семьи, её функций, нравственных основ и традиций.
- Осознание роли ребёнка-подростка в семейной структуре.
- Проявить в игровой форме идею о том, что каждая семья – объединение личностей с разными характерами, ценностями, интересами и запросами, о необходимости терпимости в отношениях с близкими.

Время работы: 90-120 минут.

Ход занятия

Разминка

1. «Ассоциации»

Ведущий заранее выбирает категории, в которых будут работать участники упражнения, например, «машины», «цветы», «времена года», «животные», «растения», «цвета», «деревья». Затем всем сидящим в кругу предлагается внимательно посмотреть на того, кого называет ведущий и попробовать представить себе, что, например, Антон- это дерево. Далее каждый, по кругу, называет то дерево, с которым у него ассоциируется

Антон, с кратким пояснением своего выбора. «...Следующая Катя, представим себе, что Катя – машина и т.д.»

2. «Скульптура семьи»

Один участник (доброволец) создаёт композицию «идеальная семья». Для этого он выбирает нужных ему людей и расставляет их, изображая фрагмент взаимоотношений в семье. Получается застывшая скульптура. Например, можно изобразить семью вокруг обеденного стола или на прогулке. Каждому участнику говориться кто он, и какую позу должен принять. Когда сцена поставлена, «художник» рассказывает о том, кто изображён на картине, чем заняты персонажи. Затем по очереди каждый участник из композиции делится своими чувствами: насколько ему комфортно в данной позиции, не слишком ли нависают над ним родные, или не слишком ли далеко они стоят, всех ли членов семьи ему видно. После обсуждения при желании они могут поменять своё местоположение и позу, и, возможно получится новая картина.

3. «Учитель, воспитай ученика!»

Инструкция:

Долгие годы родители растили и воспитывали вас. Мало кто считает, что воспитание было безупречным. Как правило, каждый из детей говорит себе: «Вот, когда я стану родителем...», «Если бы я был на месте моих родителей...»

Наша встреча даёт вам сегодня возможность выполнить давние «угрозы». Чему вы хотели бы научить ваших родителей? На обдумывание и запись этого задания вам даётся 10 минут. Затем идёт обсуждение: ваши требования к родителям – это проявление особенностей поколения? Веяния времени? Влияния моды?

Обсуждение

Как, вам кажется, отреагировали бы ваши родители если бы увидели ваши записи?

Были бы огорчены?

Остались бы равнодушны?

4. «Родителям детей- подростков посвящается»

15-летней дочке не было дома. Женщина заглянула в её комнату и с замиранием сердца заметила письмо, оставленное дочкой на столе и адресованное ей. Трясущимися руками женщина взяла письмо и прочитала следующее:

«Дорогая мамочка! Прости меня, пожалуйста, но я решила уехать к моему новому бойфренду. Я его очень люблю. Он – великолепен во всеми своими татуировками и пирсингом. А кокой у него мотоцикл! Но это ещё не самое главное- дело в том, что я беременна.

Ахмед сказал, что мы будем очень счастливы в его трейлере. Трейлер поставлен в лесу. Там очень красиво.

Ахмед хочет иметь много детей, а это и моя мечта тоже. Я многое узнала от Ахмеда. Кстати марихуана, совсем безвредная трава.

Мы будем её выращивать во дворе нашего трейлера для нас и наших друзей, а они будут взамен угощать нас кокаином и экстази. Пока же молись вместе с нами, чтобы учёные побыстрее нашли лекарство от СПИДА, чтобы Ахмед смог почувствовать себя лучше. Он этого заслуживает, поверь мне. Мамочка! Пожалуйста не волнуйся за меня! Мне 15 лет, и я могу сама о себе позаботиться. Когда-нибудь я приду к тебе в гости, чтобы ты увидела своих внуков.

Твоя любящая дочь...

Обсуждение.

Как вы можете прокомментировать это письмо?

Что в подтексте письма?

Что послужило причиной обращения девушки к матери?

Как по-вашему относится к матери девушка-подросток?

Только получив от группы ответы на поставленные вопросы, дочитываем финал письма:

P.S. Мам, я написала неправду! На самом деле я в гостях у соседей. Я просто хочу сказать тебе, что в жизни могут случиться куда более неприятные вещи, чем рапорт о моих оценках, который находится в верхнем ящике моего стола...

Я тебя очень люблю!»

Наверное, каждому из взрослых знаком комплекс суперожиданий от собственного ребёнка. Мамы и папы безусловно, хотят, чтобы ребёнок был красивым, обладал гармонично развитым телом, с блестящими знаниями, владел языками, был интеллигентным... каждый без труда продолжит этот список.

Смириться с собственным несовершенством, позволить относиться и к себе, и к ребёнку снисходительно, давая право на ошибку, – это не слабость родительского характера и воспитание вседозволенности, а родительская мудрость, необходимость принять и понять реальность такой, какая она есть.

5. «Герб семьи»

Ресурсы:

Белая и цветная бумага, карандаши, краски, клей, ножницы. Иллюстрированные журналы, листы ксерокопий с традиционной геральдикой, листы с информацией для участников.

Ход игры

Раздаём семьям информацию следующего содержания:

Обычай избрания для своего рода или племени особого отличительного знака имеет очень глубокие корни и распространён повсюду в мире. Этот обычай существовал у древних народов, однако и в наши дни принят среди племён, ведущих первобытный образ жизни. У древних славян тоже были тотемы- священные животные, деревья, растения, от названий которых, как предполагается, происходят некоторые русские фамилии.

Эти знаки выдавливали в глине, вырезали в камне и отпечатывали на папирусе. Уже в третьем тысячелетии до н.э. существовал герб шумерских государств- орёл с львиной головой. Эмблемой Египта была змея, Армении- коронованный лев, Персии- орёл. Гербом Византии фактически был двуглавый орёл, заимствованный позднее некоторыми европейскими государствами, в том числе Россией.

Первым английским королём, имевшим личный герб, был Ричард Львиное Сердце (1157-1199). Его три золотых леопарда использовались с тех пор всеми королевскими династиями Англии.

Итак, с древности гербы служили доказательством принадлежности человека к той или иной семье, династии. Символика гербов говорила посторонним о тех ценностях, традициях, достижениях, которые составляли славу и гордость конкретной семьи. При этом пользовались распространёнными метафорами, растениями и животными, которые олицетворяли разные человеческие качества.

Теперь, когда семьи узнали немного о символике гербов, предложим им поработать над созданием их собственного семейного герба. Он может быть любой формы. Можно использовать символы и образы, которые покажутся семье подходящим метафорическим описанием её уникальных свойств и традиций. Замечательно, если к гербу удастся подобрать и семейный девиз, что также было широко распространено среди рыцарских фамилий.

В завершении гербы выставляются на всеобщее рассмотрение, и их творцы рассказывают о том, что они пытались отразить.

6. Рефлексия

Заполнение анкеты по формулированию цели

Участникам тренинга раздаются анкеты, которые они заполняли на первой встрече, в которых они отмечают своё место местоположение в настоящий момент (вторая отметка на отрезке)

1. К окончанию курса занятий мне бы хотелось.....

2. Я хочу этого потому, что.....

3. Достичь желаемого результата мне может помешать.....

Сейчас, начав своё движение к цели, я нахожусь на **(выберете соответствующую цифру)**

По окончанию тренинга мне бы хотелось находиться на отметке **(поставьте вторую отметку)**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Худшее					Лучшее				
положение					положение				
дел					дел				

Вручение дипломов участникам тренинга.

Аплодисменты по кругу

ПОЛОЖЕНИЕ

о музыкальном подростково-молодежном клубе «На волне»

1. Общие положения

1.1 Музыкальный подростково-молодежный клуб (далее – Клуб) – объединение подростков, молодёжи и добровольцев-наставников, созданное для удовлетворения культурно-досуговых интересов подростков и молодежи в процессе совместной деятельности по написанию, аранжировке и обработке хип-хоп музыки в свободное время.

1.2 Клуб не является юридическим лицом и не преследует в своей деятельности коммерческих интересов.

1.3 В своей деятельности Клуб руководствуется законами и иными правовыми актами Российской Федерации, а также настоящим Положением.

2. Цель и задачи деятельности Клуба

2.1 Основным направлением деятельности Клуба является работа с подростками и молодежью в возрасте от 10 до 16 лет по развитию и поддержке творческих способностей через занятия современной музыкой.

2.2 Цель Клуба: способствовать формированию и развитию творческой социально активной и законопослушной личности.

2.3 Задачами Клуба являются:

– Обеспечение благоприятных условий для повседневного пребывания в нем подростков и молодежи, в том числе нуждающихся в социально-психологической помощи; реализация программ по организации неформального общения в различных группах в соответствии с их возрастом и интересами.

– Организация мероприятий по нравственному, эстетическому, патриотическому, воспитанию подростков и молодежи.

– Создание социально-культурной среды для развития творческого потенциала подростков и молодежи, расширение вариативности форм досуговой и развлекательной деятельности.

– Осуществление индивидуальной и массовой работы по профилактике правонарушений, безнадзорности и негативных явлений среди подростков и молодежи в возрасте до 18 лет.

– Адаптация и социальная реабилитация подростков и молодежи с индивидуальными особенностями и трудностями социализации.

3. Содержание и организация работы Клуба

3.1 Для реализации основных целей и задач Клуб в своей деятельности может использовать следующие формы организации работы:

– мастер-классы, вечера отдыха, дискотеки, концертные программы, беседы, семинары;

– любительские объединения по интересам, кружки, студии, коллективы, имеющие техническую, эстетическую, прикладную, направленности.

3.2 Любительские объединения по интересам, кружки или секции, вызывающие особый интерес подростков и молодежи в тот или иной период времени и носящие непостоянный характер, могут существовать ограниченное время.

3.3 Клуб обеспечивает общественно полезную направленность в деятельности всех любительских объединений по интересам, привлекает подростковый и молодежный актив к проведению культурно-массовой работы, организации досуга сверстников, ремонту клубного оборудования и т. д.

3.4 Режим работы Клуба определяется с 9 до 21 часов. Обязательным временем является работа Клуба с 17 до 21 часа. В оставшееся время в Клубе может проводиться работа с другими категориями граждан.

3.5 В выходные, праздничные дни, в каникулярный период Клуб обеспечивает занятия объединений, кружков, проведение концертов самодеятельности, других культурно-массовых мероприятий.

3.6 Занятия в объединениях по интересам, кружках и секциях, учебно-педагогическая деятельность могут проводиться на основе авторских программ и разработок руководителей этих коллективов.

3.7 В Клубе не допускается организация и деятельность различных религиозных сект и других культовых образований, организационных структур политических партий, общественно-политических движений и объединений.

3.8 Клуб проводит индивидуально-профилактическую работу с подростками и молодежью «групп риска» совместно с правоохранительными органами и другими государственными учреждениями.

3.9 Клуб осуществляет свою деятельность совместно с учреждениями, общественными и другими организациями, занимающимися работой с подростками и молодежью.

3.10 Методическое руководство деятельностью Клуба осуществляется специалистами бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения», занятых в реализации программы «Лига сильных».

4. Права Клуба

4.1 Клуб имеет право:

– Самостоятельно планировать свою деятельность с учетом требований Учреждения.

– За рамками основных действующих программ оказывать детям, подросткам, молодежи и населению дополнительные услуги профориентационной, правовой, социально-бытовой направленности, но не в ущерб своей основной деятельности.

5. Финансовая и хозяйственная деятельность.

5.1 Клуб использует помещения и другие площади, а также имущество, предоставленные ему на основании соглашения о сотрудничестве или приобретенные им в процессе своей деятельности.

5.2 Расходы финансовых средств Клуба, необходимые для его деятельности, осуществляются учреждением, на базе которого он располагается либо в соответствии с соглашением о сотрудничестве.

5.3 Клубом могут привлекаться дополнительные средства в виде благотворительности и пожертвований.

6. Структура и управление

6.1 Руководство Клубом осуществляет его руководитель, назначаемый директором учреждения, на базе которого Клуб располагается.

6.2 Руководитель Клуба:

– Организует работу Клуба и несет ответственность за результаты деятельности Клуба.

– Представляет администрации учреждения предложения по изменению состава сотрудников и направленности работы Клуба. Представляет интересы Клуба перед администрацией учреждения, учредителем и третьими лицами.

– Осуществляет контроль за работой Клуба и его сотрудников.

– Вносит предложения по изменению Положения Клуба и договора с учредителем.

– Организует и участвует в воспитательной, кружковой и досуговой работе Клуба с детьми и подростками.

– Осуществляет другие функции в рамках данного Положения.

6.3 Для рассмотрения вопросов содержания и организации работы Клуба может создаваться Совет Клуба, в который входят сотрудники, непосредственно участвующие в воспитательной и досуговой деятельности Клуба, представители общественных и других заинтересованных организаций, а также родители.

6.4 Совет Клуба вносит предложения по разработке планов работы, изучает интересы подростков в сфере досуга, готовит предложения по их реализации. Привлекает общественный актив и родителей к проведению культурно-массовых мероприятий, участию работы кружков и секций, заслушивает сообщения педагогов Клуба о новациях в воспитательной работе, разрабатывает предложения по улучшению деятельности Клуба. Совет Клуба собирается не реже двух раз в год.

6.5 Для организации подростково-молодежного самоуправления может создаваться Совет из числа подростков и молодежи, регулярно посещающих Клуб.

Сценарий проведения игры-проживания (квест-игры) «Новая Земля»

Цель: знакомство и сплочение участников

Задачи:

1. Организация доверительной игровой среды.
2. Погружение в игровую оболочку участников проекта.
3. Организация команд.
4. Моделирование испытаний для развития внутрикомандных позитивных связей.
5. Объединение всех участников.
6. Информирование участников о возникновении новой земли «Лига Сильных».

Необходимые материалы:

- открытые площадки;
- аппаратура, микрофоны, динамичная музыка;
- малярный скотч, фломастеры (участники игры пишут свои имена, наклеивают на одежду);
- клейкие квадраты (4-6 цветов, в зависимости от планируемого количества команд);
- картинки с эмблемами команд (байкеры, журналисты, спортсмены, волонтеры, музыканты);
- карта, разрезанная на кусочки;
- скамьи (упражнение скала);
- кегли и скотч (упражнение в связке);
- планшеты с загадками и заданиями на словотворчество;
- веревки или бельевые резинки на паутины, колокольчики;
- квадраты на болото;
- веревки на «енотовы» круги;
- воздушные шары;
- большой клубок толстых шерстяных ниток;
- бутылка с посланием;
- все для пикника или чаепития.

Ход игры

Этап	Содержание	Время	Материалы
Общий сбор	Ребята приходят на поле игры, регистрируются, пишут имена, наклеивают. Пишем имя – так Вас будут называть все.	10 мин.	Скотч, фломастеры, ножницы
Погружение в игру	Ведущий всем привет...Здорово, что вы пришли... Игра...С нами вместе сегодня...В процессе игры мы познакомимся,	10 мин.	–

	<p>подружмся.</p> <p>Может Васю Меня зовут.... Больше всего мне нравится..... Легенда. Все мы летим на комфортабельном лайнере на острова. Нас 5 групп людей. Байкеры – едут погонять по бескрайним пескам. отчаянные ребята, сделают мотоцикл из любых материалов. Журналисты – самые лучшие в стране. Могут запросто сделать из мухи слона, из простого события – сенсацию века. Летят на международный форум. Волонтеры – летят на острова помогать бедным племенам. Везут гуманитарную помощь, лекарства и книги. Среди них врачи, учителя и просто равнодушные люди. Музыканты – могут сотворить настоящее произведение музыки, используя подручные материалы. С ними всегда весело и приятно. Спортсмены – в основном тренера. Едут развивать спорт среди молодежи и детей, дабы пресечь распространение употребления наркотиков</p>		
Деление на команды.	<p>Кто из вас кто – давайте узнаем. Встаем в круг спиной...наклеиваем квадрат. Можно двигаться. Разговаривать нельзя. Найти команду своего цвета. Выбрать лидера. Вытянуть эмблему</p>	5 мин.	Клейкие квадраты разных цветов ФОРМИРОВАТЬ РАВНЫЕ КОМАНДЫ!
Погружение	<p>Никто не застрахован от катастроф. Лайнер вынужден совершить посадку. На неизвестной земле. Возможно, она пригодна для жизни. А, возможно жить здесь опасно. Ответ в тайной капсуле. Чтобы найти ее, необходимо пройти испытания. К каждому испытанию вас будут подводить ваш проводник. За каждое пройденное командой испытание</p>	5 мин.	У каждого проводника план прохождения испытаний для своей команды.

	<p>– кусок карты. На карте – место, где хранится капсула с посланием. Пройдете все испытания, соберете карту, найдете капсулу – узнаете истину.</p> <p>Мы играем не на время, а на аккуратность и безопасность!</p>		
Начало испытаний (план для одной команды)			
Скала	Участник команды встают на скамью. Замирают. Руки – выступы скал. Последний становится скалолазом и должен пройти по скамье, не упав. Можно держаться за выступы скал. Пройдя весь путь, он становится скалой. За ним идет следующий. После каждого прохождения руки можно менять	10 мин.	скамья
Болото	Участникам предстоит перебраться через болото. Играем молча. Болото переходим по кочкам. Есть кочки твердые. Есть те, которые уходят по воду, унося в болото участника – трясины. Но выглядят все абсолютно одинаково. Если клетка, на которую встал участник – это кочка – ведущий молчит. Если трясина – ведущий скажет – буль! Участник возвращается в команду. Есть мины – двигаться спиной или на одной ноге	15 мин.	Кочки болота.
Горизонтальная паутина	20 см от земли на колья натянуть веревки, повесить колокольчики. Команда должна пройти через ячейки паутины, держась за руки, не расцепляясь и не касаясь веревок	7 мин.	Резина, колокольчики. Если колокольчики зазвонили – к следующему испытанию подходим в связке нога к ноге.
Вертикальная паутина	Привязать на опоры резину так, чтобы получились ячейки по количеству участников команды. Каждый участник может пролезть только в свою ячейку. Затем она закрывается малярным скотчем	7 мин.	Резина
Воздушные шары	Команда встает в круг. Держимся за локти. Ведущий бросает в круг шары. Задача	6 мин.	Шары

	команды – не дать шарам коснуться земли 5 минут. Руки не расцепляем		
Если возникнут ситуации, когда команды ждут – предлагаются IQ задания – смешные загадки, перевертыши и др. Все в планшете у проводника!!!!!!!!!!			
Встреча на поле			
Битва монстров	Командам предлагается создать из своих участников монстров. Так, чтобы каждый участник команды был включен в тело монстра. Монстры должны уметь двигать головой и хвостом, поднимать лапы, издавать звуки и двигаться. Каждая команда по устрашающую музыку показывает своего монстра	15-20 мин.	Музыка рок.
Сбор отрывков карты		5 мин.	
Поиск капсулы		6 мин.	Капсула
Послание	Образование новой земли – лига сильных.....	5 мин.	Письмо
Может быть:			
Создание общего талисмана	Участники встают в круг, берутся руками за веревку. По знаку ведущего все одновременно отклоняются назад, удерживая равновесие. Когда равновесие поймано, участники одновременно опускают правую руку и поднимают ее вверх. Затем поднимают левую ногу. После этого упражнение заканчивается. Енотов круг опускается на землю и становится контуром талисмана.	6 мин.	
Клубок			
	Ведущий наматывает нить, делится впечатлениями (это только начало...), передает другому участнику. Участники рассказывают о самых интересных и трудных моментах, об успехах своей команды, перекидывая клубок. Нитка должна оказаться на пальце у каждого стоящего в кругу. Натянутые нити образуют красивый рисунок – паутину или ловца снов. Когда талисман	15 мин.	Петля из веревки Клубок Фото

	готов, нитки одновременно опускаются на круг. ФОТО!!!!		
Чай на природе			

Испытания для команд

Скала	Участники команды встают на скамью. Ноги на ширине плеч. Замирают. Руки – выступы скал. Последний становится скалолазом и должен пройти по скамье, не упав. Можно держаться за выступы скал. Пройдя весь путь, он становится скалой. За ним идет следующий. После каждого прохождения руки можно менять
Болото	Командам предстоит перебраться через болото. Играем молча. Болото переходим по кочкам. Есть кочки твердые. Есть те, которые уходят по воду, унося в болото участника – трясины. Но выглядят все абсолютно одинаково. Если клетка, на которую встал участник – это кочка – проводник молчит. Если вы попали на трясины – проводник скажет – буль! Участник возвращается в команду. Есть мины – двигаться спиной или на одной ноге
Горизонтальная паутина	Команда должна пройти через ячейки паутины, держась за руки, не расцепляясь и не касаясь веревок. Если зазвонил колокольчик – начинаем сначала
Вертикальная паутина	Привязать на опоры резину так, чтобы получились ячейки по кол-ву участников команды. Каждый участник может пролезть только в свою ячейку. Затем она закрывается малярным скотчем
Гейзер	Командам предстоит пройти через огромный гейзер. Команда встает в круг. Держимся за локти. Ведущий бросает в круг шары. Задача команды – не дать шарам коснуться земли 3 минут. Руки не расцепляем

Программа примерных занятий, используемых в работе клубов

Занятие 1

Все встречи неслучайны...

Задачи:

- создать доброжелательную атмосферу (умение представить себя и войти в контакт);
- сформировать у участников установки на взаимопонимание;
- создать творческой атмосферы, развитие творческого самовыражения.

Игра «Клубок».

Инструкция. Участники встают в круг. В руках ведущего – клубок. Клубок переходит по кругу из рук в руки, нитка обматывается вокруг левой кисти каждого участника. При этом каждый называет себя. Ключевая фраза: «Я здесь, чтобы...» или «Я здесь, потому что...». После прохождения клубка по кругу последний смыкается, символизируя объединение участников в сплоченную команду.

Сказка «Волшебная сила Имени»

Давным-давно в одном царстве-государстве жил-был маленький мальчик. Родителей у него не было, называли его люди Подкидышем. Мальчик был очень добрый, люди любили его и, чем могли, помогали.

Вот однажды, жарким летним днем повстречался на пути у Подкидыша старик.

- Не найдется ли у тебя, мальчик, водицы – спросил старик.
- Пожалуйста, дедушка! Пейте.
- Мальчик протянул старику фляжку, хотя в ней оставалось совсем немного воды.
- Спасибо тебе, мальчик. Доброе у тебя сердце. Великое будущее тебя ждет.
- Кто вы? – со страхом спросил мальчик.
- Я – волшебник. Я знаю, что в тебе есть дар колдунов. Если хочешь, я возьму тебя в ученики.

Так стал Подкидыш учеником старого волшебника. Главное искусство, которому обучил его волшебник, - это умение раскрывать тайну Имени. Так он узнал, что все вещи в мире, все люди и животные на земле имеют настоящие тайные имена. Тот, кто сумеет узнать подлинное имя предмета или человека, получит полную власть над ним.

Однажды старый колдун сказал:

- Ты можешь все, что умею я сам. Иди в мир и дари людям добро!

Простился Подкидыш со своим учителем и отправился странствовать по свету. Однажды в лесу ему повстречался разъяренный тигр, который был готов разорвать его на части. Но как только на него ласково посмотрел молодой волшебник и произнес его имя – Тигруша, так сразу успокоился зверь, стал ластиться к нему, как кошка.

Пришли они вместе в большой город, где правил злобный царь. Он творил беззаконие и несправедливость, обижал своих подданных. Однажды Подкидыш стал свидетелем несправедливой казни. Человека, которого наказывали, оклеветали, на самом деле он был ни в чем не виноват. Тогда Подкидыш подошел к царю, посмотрел ему прямо в глаза и назвал его имя – то самое ласковое имя, которым когда-то давным-давно в детстве называла царя мама. И произошло чудо: царь тотчас стал добрым и не допускал больше несправедливости.

Но однажды взволнованный царь прибежал к Подкидышу и взмолился:

– Помоги, если сможешь, наш город в беде. Змей Горыныч решил уничтожить все вокруг. Там, где он уже пролетел, все сгорело дотла.

«Не волнуйся, я попробую помочь», – сказал волшебник.

Увидел разъяренного Змея Подкидыш, посмотрел ему прямо в глаза и произнес ласково его имя – Дракоша. И произошло чудо! Дракон улыбнулся и превратился в воздушного змея, который до сих пор кружит над городом и доставляет радость взрослым и детям.

Обсуждение. Ребята, почему тигр стал ласковым, царь – добрым, Змей Горыныч не сжег город? Да, в каждом имени заключена волшебная сила.

Что означает ваше имя?

Максим – происходит от латинского слова «максимус»: величайший.

Николай – происходит от древнегреческого имени Николаос, которое переводится как «победитель народов».

Дарья – женский вариант имени персидского царя Дария. В переводе с древнеперсидского языка: победительница.

Полина – разговорная форма имени Апполинария. Происходит от слова Апполон – в древнегреческой мифологии Бог солнца, покровитель искусств, Бог предсказаний.

Екатерина – от греческого «катариос»: чистый, непорочный.

Елена – слово древнегреческого происхождения, толкование неясно, возможно: избранная, светлая.

Юлия – женская форма имени Юлий, происходит от латинского слова «юлиус»: кудрявый, пушистый.

Дарина – производное от Дарий – имени персидского царя, жившего в 522-486 гг. до н. э. Переводится оно подобно имени Дарья – «победительница», «обладающая богатствами».

Обсуждение.

- ✓ А вам нравится свое имя?
- ✓ Почему вас назвали этим именем?
- ✓ А как вас ласково зовут дома?

Изотерапия «Рисуем свое имя».

Давайте закроем глаза, тихонечко посидим. Теперь пусть каждый из вас представит свое имя, написанное на листе бумаги. Попробуйте хорошо рассмотреть свое имя, увидеть, какого цвета буквы, какие они, высокие или низкие, на что похожи. А теперь откройте глаза и нарисуйте свое имя так, как захочется. Если рядом с именем вам захочется нарисовать что-то еще, то это можно сделать.

Игра «Дует свежий ветер...»

Упражнение «Тонкая бумага» («Снежинка»). Упражнение проводится в тишине с закрытыми или завязанными глазами (разговаривать во время упражнения нельзя). По «кусочкам» предлагается инструкция: Возьмите лист бумаги. Сложите его пополам. Разгладьте место сгиба. Оторвите правый верхний угол. Сложите еще раз пополам. Разгладьте место сгиба. Еще раз оторвите правый верхний угол. Еще раз сложите пополам. Разгладьте место сгиба. И еще раз оторвите правый верхний угол. Теперь можно развернуть листок и показать получившуюся снежинку участникам группы.

Основной вывод из этого упражнения должен быть связан с тем, что все люди разные, видят, слышат и понимают одно и то же по-разному, и это замечательно, иначе это уже не люди, а роботы, не способные ни на шаг отступить от заложенной программы. Однако именно в непохожести людей кроется причина иногда случившихся недопониманий и конфликтов между ними. Даже друг друга люди воспринимают каждый по-своему. Поэтому всегда важно взглянуть на себя глазами другого человека и дать ему возможность увидеть себя с наших позиций.

АНКЕТА

Ваш возраст _____

Пол *м.* *ж.* (нужное подчеркнуть)

Согласны ли вы с утверждением, что кроме тела и разума, у человека есть душа?

Да *Нет* (нужное подчеркнуть)

Нужна ли человеку совесть?

Да *Нет* (нужное подчеркнуть)

Если да, то зачем? _____

Я родился (родилась), чтобы _____

Закончите фразу: «Счастье – это...» _____

Что такое успех для тебя? _____

Чему бы ты хотел(а) научиться на наших занятиях, какие качества в себе развить? _____

Ты хотел(а) бы стать Волшебником? Зачем тебе это нужно? _____

Спасибо!

Игра «Голова – хвост».

Инструкция. Группа выстраивается «паровозиком». Каждый член команды закрывает глаза стоящему впереди себя, кроме последнего участника. Таким образом, с открытыми глазами остается только один член команды. Ведущий показывает ему местонахождение предмета, который должен найти первый игрок при помощи команды. «Хвост» – последний игрок – направляет «Голову» – первого игрока – молча, с помощью сигнала рук «влево», «вправо», «вперед», который передается всеми членами команды.

Теоретический материал.

Давайте поразмышляем: волшебство – это чудо, проявляющееся только в сказках, или оно свойственно и реальной жизни? Как часто сказочные сюжеты, предметы и явления материализуются и обнаруживаются в окружающей нас действительности, стоит только оглядеться вокруг. Многие из того, что раньше было сказкой, существует в реальности: яблочко на тарелочке и летучий корабль. Сегодня никого не удивить ни телевизорами, ни компьютерами, ни ракетами.

А как еще проявляется волшебство в жизни? Замечали ли вы, что есть люди, рядом с которыми весело и интересно? Они умеют находить радость в мелочах. За что они не возьмутся, у них получается все легко и просто. Они не поддаются обидам, умеют легко относиться к жизни, поддерживать в себе веру в успех, творчески мыслить, никогда не унывать. Хотите пример?

У замечательного петербургского сказочника Андрея Владимировича Гнездилова есть история о таких людях, называется она «Дворник».

В одной небольшой стране был зимний вечер. А в ее самом большом городе падал густой снег. Все улицы были завалены сугробами, но никого это поначалу не беспокоило. И в первую очередь – дворников. Они считали себя обиженными и не собирались работать на весь город.

«Нам слишком мало платят за наш тяжелый труд», – говорили они. – Никто не смеет с нас что-то требовать, ведь не мы заказываем погоду. Идет снег или не идет, мы получаем одну и ту же зарплату.

Итак, город засыпало снегом. И лишь на одной улице работал единственный дворник. Он старательно расчищал тротуары, проделывал дорожки среди сугробов. Короче говоря, это был дворник-чудак, который умудрялся любить свою работу. И конечно же, он вызывал самые противоречивые чувства. Одни хвалили его, потому что гулять в городе

можно было только по его улице. Другие, а среди них все остальные дворники, ругали.

Объяснений его поведению находилось множество. Но самое печальное, что все эти сплетни никто не брался опровергать. Даже те, кто хвалил дворника, в глубине души считали его не вполне нормальным. А может, и правда он был чудаком... Ведь когда его спрашивали, он никогда не жаловался на судьбу и считал себя удачливым. Соглашался с тем, что он самый богатый, самый счастливый и самый здоровый человек в городе. Меж тем именно в эту снежную зиму, в этот снежный вечер ему следовало бы помолчать. А он еще мурлыкал песенку, расчищая свою улицу. Вероятно, он рассердил метель, и она не кончалась, чтобы проверить его терпение.

Так до утра они и боролись, а в результате весь город засыпало снегом до самых крыши. Люди проснулись поздно и решили, что не пойдут на работу, потому что незачем рисковать здоровьем и жизнью, пробираясь через сугробы. А главное – не их дело очищать город от снега, а дворников.

Так прошел не один день, и жители стали замерзать, голодать. Они умирали, проклиная дворников. Но никому не пришло в голову взять лопату и выйти на улицу. Ведь это не их дело.

А дворники в это время прорыли ходы в сугробах и собрались вместе, чтобы составить заговор.

– Пришел наш час! – торжествовали они. – Весь город и его судьба в наших руках. Всю свою жизнь мы были самыми униженными среди всех. Теперь мы станем выше всех.

И вот они, вооружившись лопатами, добрались до дворца и потребовали от правительства отдать им власть в государстве. Что было делать городским советникам, как не подчиниться? Один за другим откапывали дворники дома и тут же приводили к присяге жителей города, требуя, чтобы те признали их власть.

Первый указ нового правительства гласил, что всем жителям страны вменяется в обязанность соблюдать чистоту, дабы облегчить работу дворникам. Второй указ был направлен на того чудака, который был бельмом в глазу всего города. Его лишили звания дворника. Чудак не противился. Лишь спросил, можно ли ему стать строителем, и, получив согласие, удалился из города.

Прошло немного времени. Как-то через эту страну проезжала прекрасная принцесса. Только один взгляд на нее вызывал пылкие восторги. Весь город сбежался посмотреть на нее.

«О, если бы она осталась жить у нас», – говорили люди, – мы могли бы гордиться своей страной. Она прославила бы ее на весь мир!

Да, в присутствии принцессы все ощутили свою бедность. В стране была только чистота, а кроме нее, ничего больше не было. С тех пор, как все стали наводить порядок и заниматься уборкой, государство опустело.

Все старое сносили и сжигали. У деревьев обрубали ветки, чтобы от них было меньше листьев и мусора.

И вот, когда принцессе предложили остаться в их стране, она удивленно спросила:

– А что же есть у вас, ради чего можно жить? – Никто не мог ответить на этот вопрос. Для всех это и была бы принцесса. Ради нее они хотели жить в этой стране. Вдруг кто-то вспомнил про чудака-дворника. Воистину только его они и могли показать красавице-принцессе.

– У нас живет самый счастливый человек! – закричали они. – Он единственный в мире, так же, как и вы! – Вспомнив, в какую сторону ушел чудака, они немедленно собрались за ним. И тут уже пришлось удивляться не одной принцессе, но и жителям страны. Оказывается, чудака поселился в самом заброшенном уголке государства, но став строителем, умудрился выстроить там целый дворец, окруженный лесным парком. Не нужно было задавать вопросов, чтобы увидеть, что чудака опять чувствует себя счастливым. Увидев, что принцесса довольна, люди бросились к нему и предложили немедленно стать принцем. Чудака еще раздумывал, соглашаться ли на новую должность, но тут принцесса улыбнулась ему и взяла дело в свои руки.

И вот красота и счастье стали править страной. Принц нашел себе дело и заботился обо всех своих подданных. Он вставал раньше всех, брал в руки метлу и шел убирать улицы, а потом начинал строить, а потом делать еще массу дел. И его подданные, видя его заботу, тоже начинали заботиться друг о друге. Поэтому вся страна благоденствовала.

Задумывались ли вы, как становятся Волшебниками?

То, что в сказочном мире делает волшебная палочка, в нашем реальном мире делают наши знания, мысли, чувства и... руки. И я точно знаю, что чудеса возможны, они – вокруг нас, потому что творить их способен каждый, стоит только очень сильно захотеть и очень много терпеливо потрудиться. Тогда все обязательно получится! Все в ваших руках.

Притча «Все в твоих руках».

Рефлексия занятия.

Занятие 2

Дорога. Камень распутия.

Задачи:

- способствовать формированию стремления к самопознанию;
- способствовать формированию интереса к себе и другим;
- способствовать формированию доверия, умения работать в команде.

Приветствие. Рукопожатие или поклон.

Участники здороваются друг с другом, используя ритуалы приветствия, принятые в разных культурах – 10 минут.

Ведущий рассказывает отряду о жестах приветствия, принятых у разных народов, заранее предупреждая их о том, что они должны будут использовать эти ритуалы, представляясь друг другу. Вот несколько вариантов приветствия:

- объятие и троекратное лобызание поочередно в обе щеки (Россия);
- легкий поклон со скрещенными на груди руками (Китай);
- рукопожатие и поцелуй в обе щеки (Франция);
- легкий поклон, ладони сложены перед лбом (Индия);
- легкий поклон, руки и ладони вытянуты по бокам (Япония);
- поцелуй в щеки, ладони лежат на предплечьях партнера (Испания);
- простое рукопожатие и взгляд в глаза (Германия);
- мягкое рукопожатие обеими руками, касание только кончиками пальцев (Малайзия);
- потереться друг о друга носами (эскимосская традиция).

Предложите группе образовать круг. Один из детей начинает «круг знакомств»: выступает на середину, приветствует партнера, стоящего справа. Потом идет по часовой стрелке и поочередно приветствует всех членов группы.

Каждый раз участник должен приветствовать своего визави новым жестом. При этом он представляется, называя свое имя.

Во втором раунде в круг вступает другой участник, стоящий справа от первого, и т. д.

Замечания. Эта игра подходит для знакомства участников в поликультурных отрядах. В ходе ее поддерживается атмосфера толерантности, уважительное отношение друг к другу. Кроме того, детям наверняка будет интересно по-разному знакомиться с людьми. В конце упражнения можно провести краткий обмен впечатлениями.

Теоретическая часть.

Дорога – стержень любой сказки, любой истории. Саму жизнь можно назвать дорогой. Дорога – это движение, принцип развития. На своем жизненном пути каждый встречает много интересного. Это всевозможные события, разные люди, различные города и страны. Дорога таит много провокаций, она испытывает путника на прочность и сообразительность. В дороге нет принципа стабильности, постоянства, но есть принцип новизны и развития, принцип собирания опыта. Жизнь – это накапливание разного опыта: положительного и отрицательного. В течение жизни мы сталкиваемся с разными событиями – веселыми и печальными, поучительными и познавательными, приятными и трудными.

Никто не может предугадать, куда заведет путника Дорога жизни завтра, известно одно: у Дороги всегда много сюрпризов, идти по ней интересно! Много разных людей можно встретить на Дороге. Но все же есть два типа путешественников по Огромной, как Мир, Дороге Жизни. Хотите узнать, кто они? Тогда я расскажу вам сказку о разных путях и стилях отношения к жизни.

Обсуждение сказки.

Игра «Пересеки пустыню».

Инструкция. Представьте, что перед вами безводная пустыня. Оазис с водой далеко (на другой стороне комнаты). Вам стоит пересечь пустыню и оказаться у противоположной стены. Вы делаете это по очереди, причем своим, неповторимым способом. Каждый авторский вариант мы будем сопровождать аплодисменты. Движение начинает один из участников игры, когда он достиг противоположной стены, движение начинает следующий, пока не пройдет вся группа.

Обсуждение игры.

- Удалось ли подвигаться?
- Трудным ли было задание для вас?
- В какой момент вы стали задумываться над его выполнением?
- Поиск нового решения раздражал или увлекал вас?

Советы бывалого странника

- Следовать Зову Дороги, не бояться неожиданностей.
- Верить в себя, не поступаться своими принципами.
- Ценить каждый момент своего пути, быть гибким.
- Видеть полезное в каждом событии, извлекать из каждой ситуации урок.
- Уметь вовремя воспользоваться накопленным опытом.
- Никогда не унывать, верить, что за тучей – солнце!
- Старания и труд всегда принесут плоды и будут вознаграждены.

А сейчас послушайте фрагмент сказки «Иван-царевич и серый волк», в которой Иван-царевич стоит на распутье и выбирает дорогу.

Иван-царевич взял у родителя, царя Выслава, благословение, выбрал себе коня и отправился на поиски жар-птицы, сам не зная куда.

Едет он путем-дорогою, близко ли, далеко ли, низко ли, высоко ли, – скоро сказка сказывается да не скоро дело делается, – наконец приехал он в чистое поле, в зеленые луга. А в чистом поле стоит столб, а на столбу написаны слова: «Кто поедет от столба сего прямо, тот будет голоден и холоден; кто поедет в правую сторону, тот будет здоров и жив, а конь его будет мертв; а кто поедет в левую сторону, тот сам будет убит, а конь его жив и здоров останется!». Иван-царевич прочел эту надпись и поехал в правую сторону, держа на уме: хотя конь его и убит будет, зато сам жив останется и со временем сможет достать себе другого коня.

Ехал он день, другой и третий; вдруг вышел ему навстречу пребольшой серый волк и сказал:

– Ох ты гой еси, молодой юноша Иван-царевич! Ведь ты читал: на столбе написано, что конь твой будет мертв, так зачем сюда едешь?

Волк вымолвил эти слова, разорвал коня Ивана-царевича надвое и пошел прочь в сторону.

Иван-царевич очень сокрушался по своему коню, заплакал горько и пошел прочь пешком.

Камень распутья – это конец одного пути и начало другого. Согласно сказочной традиции, от Камня берут начало три дороги: направо пойдешь – богатство возьмешь; прямо пойдешь – счастье обретешь; налево пойдешь – узнаешь, как найдешь. Чтобы сделать выбор, нужно понять, что является важным в данный момент, к чему «лежит сердце». Тот, кто стремится к богатству, выберет дорогу направо. Тот, кто хочет, чтобы исполнялись его желания или мечтает о счастье, пойдет по дороге прямо. Тот, кто любит неизвестность и тайну, откроет для себя дорогу налево.

В сказках герой всегда выбирает самую опасную, непредсказуемую дорогу, тогда как братья делают свой выбор «по уму». На избранной дороге сказочный герой претерпевает множество трудностей, лишений, жизнь его постоянно подвергается опасности. Но испытания делают его сильнее, и в конце именно он оказывается победителем. Каждый, кто оказывается у Камня Распутья, делает свой выбор.

Инструкция. Сейчас каждый из вас изобразит на листе бумаги Камень Распутья и три дороги, расходящиеся от него. Они могут быть такими же, как в сказке, а можно придумать их самим. Затем вам нужно будет сделать выбор – определить, по какой дороге пойдете вы. Каждый должен будет обосновать, объяснить, почему он выбрал именно ее, рассказать, что вы рассчитываете получить в конце своего пути.

Обсуждение результатов.

Игра «Японская бабочка». Эту игру можно считать метафорическим отображением постепенного вовлечения людей в групповую работу.

Подготовка

Отставьте столы и стулья в сторону.

1. Выберите ребенка, который будет играть роль «тори». «Тори» – это по-японски «птица». Все остальные – «бабочки».

Тори стоит с закрытыми глазами и вытянутыми руками в центре круга. Его кисти раскрыты, ладони указывают вверх. Бабочки идут по кругу вокруг Тори.

Время от времени одна из Бабочек останавливается перед Тори и слегка касается его ладоней. Тори пытается поймать руку этого игрока.

Как только Бабочка поймана, она тоже становится в центр круга, закрывает глаза и точно так же вытягивает руки с раскрытыми ладонями.

Теперь участники дразнят двух Тори, а те пытаются поймать следующую Бабочку.

Игра продолжается до тех пор, пока на свободе не останется только одна Бабочка. Эта Бабочка становится новым Тори во втором раунде, но Вы можете закончить игру и на этом. В таком случае Бабочка описывает еще один круг вокруг группы и приветствует каждого Тори на японский манер (легкий поклон, руки по бокам).

Упражнение «Танец рук»

Это очень красивое упражнение на невербальную коммуникацию и совместное творчество.

Каждый ребенок выбирает себе партнера, с которым хотел бы лучше познакомиться, и встает на расстоянии вытянутой руки от него.

Партнеры закрывают глаза и опускают голову на грудь. Руки и кисти расслаблены и опущены по бокам. Потом оба открывают глаза, и каждый смотрит на пол между собой и партнером.

Скажите примерно следующее: «Представь себе, что ты – марионетка. К твоей правой руке прикреплен шнур. Пусть шнур приподнимет твою руку так, чтобы она покачивалась между тобой и партнером где-то на высоте плеч». Игроки выполняют действие.

«Теперь представь себе, что твоя правая рука – дракон. Пусть он покружит в пространстве между тобой и партнером. При этом его движения согласованы с движениями второго дракона», игроки выполняют действие в течение 10 секунд.

«А теперь представь себе, что твоя правая рука – птица, наслаждающаяся свободой и радостно скользящая по воздуху. Представь себе, что обе птицы в пространстве между вами летают, планируют, парят, выписывают круги, не касаясь, друг друга». Игроки выполняют действие в течение 10 секунд.

«Позволь твоей левой руке тоже вступить в этот полет. Руки не должны соприкоснуться. Удерживай в поле зрения и свои руки, и руки партнера, и пусть у каждой будет свой собственный ритм. Ведущей руки нет. Однако движения должны быть по возможности согласованными. Каждая рука может «проявить инициативу», но и должна быть готова отреагировать на «предложения» других рук. Попытайтесь дать рукам возможность «танцевать» совершенно естественно, при этом движения должны все время меняться». Действие выполняется в течение 3-4 минут. После этого игроки опускают руки вдоль тела.

Теперь партнеры протягивают друг к другу руки – кончики пальцев вверх, ладони вперед – совсем медленно, пока они слегка не соприкоснутся. Скажите игрокам: «Посмотрите партнеру в глаза и поблагодарите его молча – только руками и глазами – за этот танец. Затем опустите руки, потянитесь немного и встряхните ноги».

У партнеров есть несколько минут на то, чтобы обсудить следующие вопросы:

- Что было пережито во время игры?
- Менялись ли ощущения в ходе игры?
- Выполнение каких заданий давалось легко?
- Что было трудно?
- Можно ли одним словом охарактеризовать то, что происходило между вами?
- Был ли танец рук спонтанным, вымученным, неровным, гармоничным?
- Хорошо ли удавалось соответствовать партнеру?
- Как я оцениваю собственное умение чувствовать другого человека и способность к эмпатии в общении?

Рефлексия занятия.

Занятие 3 Архетип государства

Задачи:

- способствовать формированию убеждения необходимости самопознания;
- способствовать формированию доверия к членам группы.

Дорогие друзья, мы с вами узнали уже много нового, но это только малая часть того, с чем вы еще познакомитесь. Сегодня я поведаю вам еще один секрет. Знаете ли вы, что стоит только закрыть глаза... Давайте сделаем это.

Как мы можем оказаться в мире, именуемом волшебным, загадочным и до конца не познанным? Мудрецы называют этот мир внутренним. Он есть у каждого из нас. Он вряд ли меньше мирового океана, а может быть, даже больше, чем Вселенная. Кто знает? И хозяин этого внутреннего мира не кто иной, как каждый из вас. Каждый – своего. Это настоящее волшебство! Оно живет внутри каждого из нас, в нашем огромном Внутреннем Мире! Нужно только находить время, чтобы понять его, почувствовать и научиться использовать его возможности. И сейчас, когда вы откроете глаза, вроде бы ничего существенно не изменится вокруг, однако появится внутренний настрой и желание понимать Волшебство, познавать свой внутренний мир. А это значит, что мы окажемся в самом настоящем волшебном мире... Пожалуйста, сделайте глубокий вдох и медленный выдох... Не спеша откройте глаза, оглянитесь вокруг.

Знаешь ли ты, что не далеко-далеко, а совсем близко к нам есть Волшебная страна? Она находится внутри нас. Мудрецы называют ее Внутренним Миром. Так вот, правит этой страной Король. У него множество слуг, но среди них есть особые слуги – их называют чувствами. Ты, конечно, знаешь имена некоторых из них. Это – Радость, Удовольствие, Интерес, Злость, Страх и Обида. У каждого слуги-чувства

есть свой дом, и они приходят к своему Королю по первому его требованию.

Давай представим себе, что происходит с Королем, когда к нему приходит слуга по имени Радость. Король радуется, устраивает пир, танцы... Но, как ты думаешь, что будет, если слуга по имени Радость надолго задержится у своего повелителя? Ты совершенно прав, Король устанет, государственная казна опустеет, а важные дела окажутся несделанными. А представь себе, что будет с Королем и его подданными, если слуги по имени Злость или Страх надолго задержатся у него? Конечно, приятно мало. Поэтому все слуги-чувства обладают удивительным волшебным качеством – МЕРОЙ. Благодаря тому, что каждый слуга ЗНАЕТ МЕРУ, он приходит, когда это необходимо Королю, и уходит вовремя. И все так и было бы хорошо и гладко в этой стране, если б однажды не случилась одна история...

Сказка о Короле и его слугах-чувствах

Все началось с того, что несколько придворных Короля стали говорить: «Зачем нам эти противные Злость, Страх, Обида? Когда они приходят, мы ссоримся, деремся, нам очень неприятно. Давайте подговорим Короля, чтобы он выгнал этих слуг из страны!»

Король был мудр и останавливал своих придворных. Но если о нас за глаза говорят плохо, перешептываются и перемигиваются за нашей спиной, мы это почувствуем? Нам будет приятно или неприятно? Конечно, неприятно! А когда нам неприятно, мы какие дела будем делать быстрее: хорошие или плохие? Многие люди, когда о них плохо говорят, обижаются и совершают не очень хорошие поступки. Так случилось и в этой истории...

Так вот, темной ночью, на краю леса собрались слуги по имени Обида, Злость и Страх. Обида, обиженно поджав губы, рассказывала о том, что их хотят выгнать из страны. «Им, видите ли, без нас лучше живется! Мы им, видите ли, совсем не нужны! – фыркала Обида, а слуга по имени Злость сжимал кулаки. «Мы им покажем, что мы можем! Вот посадим Короля в темницу да будем править страной, вот они у нас попляшут!» Недолго думая, заговорщики пробрались во дворец, схватили спящего Короля и бросили его в темницу.

Когда на следующее утро придворные, по своему обыкновению, собрались в тронном зале, они замерли в ужасе и изумлении. На королевском троне сидел слуга по имени Страх. Он пытался надеть на свою голову корону, но она была волшебной и сползала. Тогда слуга по имени Злость со злостью кинул ее под трон.

Как ты думаешь, каков был первый указ нового правителя? Да, было решено объявить войну соседнему государству. Кроме того, отныне каждому жителю королевства надлежало доносить на своих соседей, решать все споры с помощью кулаков, пугать друг друга всевозможными неприятностями. Представляешь, какая жизнь настала в стране, тем более,

что слуги по имени Радость, Удовольствие и Интерес были из нее изгнаны?

Страна разрушилась, все жители ходили голодные, ободранные и побитые друг другом. Вот что может произойти со страной, если у власти оказались не законный Король, а Обида, Страх, Злость, забывшие о Мере!..

Волшебники говорят, что-то же самое происходит и у человека внутри, если он постоянно со всеми ссорится, дерется, обижается...

Но мы позабыли об изгнанных слугах Короля – Радости, Удовольствии, Интересе. Их сердца не могли вынести такого страшного зрелища. Они вспомнили, что далеко-далеко, за горами, за лесами живет волшебница по имени Любовь. Ох и нелегко же был путь к волшебнице! Сколько испытаний пришлось выдержать верным слугам Короля. И сразиться с ужасными людоедами, и гигантскими муравьями, пройти через Черный лес... Но они дошли до царства Любви. Умывшись из колодца, они почувствовали невероятный прилив сил. Сомнений не было – они ощущали Любовь.

Волшебница дала путешественникам сосуд с Любовью, чтобы они отнесли своему повелителю. Ведь в этом было спасение их страны. Путь назад был уже не таким тяжелым. Тем более, что верных слуг Короля окрыляла Любовь.

Вот мы с тобой и узнали, что самое главное во внутренней сказочной стране – Любовь. Давай приложим руку к сердцу: ведь именно там, согласно древним легендам, живет Любовь. Она позволяет заботиться о себе и близких людях, помогает создавать хорошее настроение, дает силы на свершение добрых дел, учит прощать тех, кто нас обидел... Чувствуешь тепло? И я чувствую. Это значит, что любви в наших сердцах много-много. Мы можем дарить ее друг другу и нашим близким, слушая свое сердце...

А теперь послушай, что было дальше.

Конечно, путь домой легче, чем из дома. Тем более, если несешь сосуд с Любовью! Итак, слуги по имени Радость, Удовольствие и Интерес добрались до своей страны, нашли темницу и освободили Короля. Только повелитель пригубил из сосуда с Любовью, как к нему вернулись силы, уверенность, мужество и мудрость. Гордой поступью он отправился в тронный зал.

Как только самозванцы – слуги по имени Злость, Обида и Страх увидели Короля, они затрепетали и бросились на колени. А придворные зашипели: «Вот, Ваше Величество, мы же говорили вам, надо было избавиться от этих слуг, и ничего бы не было!»

Но Король остановил их: «Дело не в моих слугах, дело в дурных мыслях и разговорах! Я даю им три дня срока, пусть они сами решат: покинуть ли нашу страну или найти в ней себе достойное применение».

Так сказал великодушный Король. Как ты думаешь, правильно ли он поступил?

И вот, через три дня слуги по имени Злость, Обида и Страх пришли к Королю и сказали: «Ваше Величество, простите нас! Мы просим прощения у всех жителей королевства! Мы вспомнили о Мере и поняли наше назначение в стране. Позвольте нам построить свои дома на ГРАНИЦЕ государства».

Почему же на границе?» – удивился Король. «Я, Ваше Величество, – сказал слуга по имени Страх, – самый чуткий, самый осторожный, я далеко чувствую опасность и смогу вас вовремя предупредить о ней. Вы будете иметь время на то, чтобы достойно встретить неприятность или предотвратить ее».

«Я, Ваше Величество, – сказал слуга по имени Злость, – придам вам силы для борьбы с врагом и помогу быстро наказать обидчика. Но теперь я уже не переусердствую, буду помнить о Мере».

«А я, Ваше Величество, сказал слуга по имени Обида, - всегда был чуток к дурным мыслям и разговорам. Поэтому я буду охранять ваше королевское достоинство и предотвращать недостойные разговоры и действия».

Вот так закончилась эта история. Сосуд с Любовью установили на самом красивом месте, в центре дворцовой площади. К нему мог легко подойти каждый, как только чувствовал себя раздраженным, злым или беспокойным. Ведь Любовь приносила покой в души жителей. Так, слуги по имени Злость, Страх и Обида охраняли страну, а Любовь согревала ее. Все жили долго и счастливо.

Телесно ориентированное упражнение «Погода». Участники разбиваются по парам. Один отворачивается к партнеру спиной, он – бумага, второй – художник. Ведущий предлагает «художникам» нарисовать на «бумаге» (спине):

- сначала теплый ласковый ветер,
- затем усиливающийся ветер,
- затем дождь,
- сильный ливень, переходящий в град,
- снова ветер, переходящий в теплое дуновение ветерка,
- а в конце ласковое теплое солнышко, согревающее всю землю.

По окончании упражнения, участники меняются местами. Каждый участник высказывает свое мнение и рассказывает о тех ощущениях, которые появились в процессе игры.

Упражнения «Похвалилки»

Глядя себя по затылку левой, а затем правой рукой, повторяем:
«Меня замечают, любят и высоко ценят».

Поворачивая голову вправо-влево, повторяем: «Все идет хорошо».

Приподнимаясь на носках, поднимая руки как можно выше, повторять: «В моей жизни случается только хорошее».

У всех есть самые различные чувства.

Мы проявляем наши чувства по-разному.

Каждый несет ответственность за то, как он проявляет свои чувства.

Мы можем проявлять свои чувства ненасильственно и не оскорбительно по отношению к другим.

Обычно мы можем контролировать чувства, возникающие у нас по какому-либо поводу.

Всегда можно принять решение не злиться и не обижаться.

Игра «Антоним». Сейчас мы будем бросать друг другу мяч, называя при этом состояние или чувство, а поймав брошенный нам мяч, будем называть антоним к нему – противоположное состояние или чувство. Например, я бросаю мяч Максиму и говорю: «грустный». Максим, поймав мяч, называет антоним – «веселый». Затем бросает мяч кому-то еще и называет свое чувство или состояние. Постарайтесь быть внимательными и не бросать мяч кому-либо повторно, пока мяч не побывает у всех.

Игра «Атомы». Сейчас вы закроете глаза и будете изображать атомы, которые в беспорядке двигаются молча по комнате. Услышав мои хлопки, вы постараетесь сцепиться с другими «атомами» в «молекулу», при этом открывать глаза не нужно. В «молекуле» должно быть столько «атомов», сколько вы услышите хлопков. Когда я скамандую расцепиться, «атомы» снова будут двигаться по комнате до следующих хлопков. У меня глаза останутся открытыми, и я буду обеспечивать вашу безопасность.

Игра «Пуганица». Тренер предлагает участникам стать тесным кругом и повернуться правым боком к центру круга; закрыть глаза и по команде всем одновременно протянуть правую руку к центру, стараясь схватить чью-нибудь руку. Тренер просит детей, не открывая глаз, убедиться, что в каждой руке – только одна рука, а если это не так, – например, за одну руку схватились двое, или чья-то рука осталась одна, то необходимо это исправить. Затем тренер предлагает всем открыть глаза и распутаться на отдельные пары. При распутывании тренер ведет себя совершенно пассивно, полностью предоставляя инициативу ребятам. Если участники говорят, что распутаться невозможно, тренер объясняет им, что распутаться можно всегда, и при этом в результате не обязательно должен получиться один большой круг. Кругов может быть несколько – отдельных или сцепленных, как звенья в цепочке, или один в другом, как петля; участники могут стоять лицом в круг или спиной.

Упражнение «Копилка обид». Детям предлагается нарисовать или описать «копилку» и поместить в нее все обиды, которые они пережили до сегодняшнего дня. После этого проводится обсуждение, что делать с этой копилкой.

Психолог говорит о бесплодности накопления обид, о жалости к самому себе как одной из самых плохих привычек. Все решают, что можно сделать с копилкой. Психолог поддерживает предложение разорвать ее и предлагает действительно сделать это.

Обсуждение.

– Что делать с текущими обидами?

Еще раз подчеркивается, что умение выразить обиду, досаду важно для самого себя. Реванш, месть не решают проблему. Поддерживаются предложения типа: записывать обиду, а потом рвать записку, мысленно отправлять обиду в небо, или пускать по ветру, воде, следя, как по мере удаления, она становится все меньше и меньше.

- Как относиться в дальнейшем к обидчику?
- Прощение обиды.

Аукцион. Как справиться с плохим настроением?

По типу аукциона предлагается как можно больше способов, помогающих справиться с плохим настроением. Все способы, принятые ведущим, фиксируются.

Рефлексия занятия.

Занятие 4 Эмоции и чувства

Задачи:

- способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению;
- актуализировать личностные ресурсы участников;
- тренировать умения учитывать интересы других, умения выражать свое эмоциональное состояние и понимать его;
- формировать творческую активность подростков.

Игра «Зеркало». Один человек показывает какую-либо гримасу соседу. Тот, в свою очередь, «передразнивает» его как можно точнее и передает дальше – своему соседу. «Гримаса» передается по кругу. Упражнение заканчивается, когда гримаса возвращается к первому участнику.

Таким же образом «передаются» еще несколько эмоций.

Обсуждение.

- Каков механизм узнавания чувств?
- Какие мышцы задействованы?
- Что вы чувствуете, когда видите мимическое изображение эмоции?

О пользе и вреде эмоций.

Обсуждение.

- Бывают ли бесполезные или стопроцентно вредные чувства?
- Бывают ли чувства, не приносящие абсолютно никакого вреда?

Участники разбиваются на группы по 3-5 чел., желающие могут работать и парами, и в одиночку, и заполняют таблицу:

Эмоция	Ее польза	Ее вред

--	--	--

Я предлагаю для исследования два чувства: *любовь и лень*. Если группа захочет продолжить работу, выберите любое третье чувство.

Упражнение «Карта страны чувств». Участникам предлагается нарисовать самих себя спереди и со спины, затем отметить, в каких частях тела они чувствуют различные эмоции (обиду, страх, радость и т.д.).

Упражнение «Подарки». Вручать подарки – старая традиция, но в этой игре она выглядит совершенно по-новому.

Отряд садится в круг. Коротко и с юмором скажите несколько слов о том, как важно дарить подарки, чтобы завоевать благосклонность других людей, что это единственная в своем роде возможность расположить их к себе и завоевать доверие.

Попросите одного из участников начать игру. Игрок встает, подходит к любому другому участнику и вручая вымышленный подарок. Передача подарка состоит из вербальной и невербальной частей. Первый игрок может сказать несколько комплиментов и объяснить, почему он дарит подарок. Но он не должен прямо называть то, что он дарит. С другой стороны, ему надо как можно более правдоподобно с помощью мимики и жестов показать, какой формы подарок, большой он или маленький, насколько тяжелый и т. д.

Затем, также используя только мимику и жесты, человек, получивший подарок, должен показать, как он его принимает и при необходимости распаковывает. Он должен решить, что это такое, поблагодарить за подарок, четко и выразительно рассказать, что ему подарили. После короткого диалога первый игрок возвращается на место.

Игрок, получивший подарок, встает и направляется к какому-либо другому члену группы, чтобы в свою очередь сделать подарок ему.

Важно подчеркнуть, что дарители должны в любом случае соглашаться со всем, что назовет принимающий подарок игрок, и во время диалога ориентироваться именно на это.

Игрок, принимающий подарок, абсолютно свободен в том, как определить этот подарок. Это может быть какой-то предмет, но может быть и некое абстрактное качество.

Участники должны позаботиться о том, чтобы не был забыт никто. При этом каждый может получить только один подарок. Ведущему также стоит принять участие в этой игре.

(Варианты)

Вы устраиваете вымышленный день рождения. Именинник – ведущий. Он получает подарки от всех членов группы, при этом они называют то, что дарят. В заключение ведущий говорит о том, что больше всего хотел бы получить на самом деле. (Разрешается назвать что-то одно.) Игрок, чей подарок назван, становится следующим именинником.

Игра «Объединение в пары». Дети стоят лицом в круг, если их – нечетное число, то тренер тоже принимает участие. Тренер; «Теперь пусть каждый найдет себе пару без слов. Затем все закроют глаза, и каждый постарается объединиться со своим напарником – встать рядом и взять партнера за руку, и тогда можно открыть глаза. После того, как все объединились в пары, тренер просит каждого рассказать, как он нашел партнера и объединился с ним. Некоторые дети сразу идут к партнеру через центр круга, другие – тоже идут, но огибая центр по периметру. Такие дети обычно говорят, что поступили именно так потому, что, во-первых, они знали, что напарник будет их ждать, а во-вторых, хотели избежать столкновений с другими детьми в центре круга. Третья категория – дети, которые стоят на своем месте и ждут, когда партнер подойдет.

Игра «Скульптор – глина». Все дети делятся на пары. Каждая пара договаривается, кто будет «скульптором», кто «глиной». Каждый «скульптор» должен задумать какое-то чувство, написать его на карточку, положить в карман и никому не показывать.

После того, как название скульптуры загадано, «скульптор» разминает глину: делает легкий массаж, чтобы из мягкой, податливой глины вылепить задуманную скульптуру.

Затем скульптор ставит статую в нужную позу, придает ее лицу нужное выражение и произносит магическую формулу: «Шедевр закончен!» От «скульптуры» требуется только одно: назвать себя, т.е. указать, какое чувство выражается данной позой и мимикой. Получив от «скульптуры» ответ, «скульптор» достает карточку с тайной записью. Если ответ совпадает с замыслом, «Скульптура» отправляется на выставку шедевров.

Постаментами служат стулья, а восхищенными зрителями могут быть все желающие угадать название скульптуры. Если зрители тоже угадывают название, автор шедевра получает звание «Лучший выразитель чувств».

Каждый участник должен получить возможность испытать себя как в роли «скульптора», так и в роли «глины».

Игра «Цепочка хороших и плохих следствий». По кругу передается мяч, первый участник говорит: мяч круглый, и это хорошо, потому что... Второй: мяч круглый, и это плохо, потому что...

Другой вариант: психолог предлагает ситуацию: промочить ноги.

Промочить ноги – это ПЛОХО, потому что...

– можно заболеть.

Заболеть – это ХОРОШО, потому что...

– не надо ходить в школу.

Не ходить в школу – это ПЛОХО, потому что...

– скучно сидеть дома.

Сидеть дома – это ХОРОШО, потому что...

- научишься играть самостоятельно.

Упражнение «Замороженный». Группа делится пополам. Половина ребят будут играть роль «замороженных», вторая половина – реаниматоры».

Задача «замороженных» – застыть и не реагировать на внешние раздражители.

Задача «реаниматоров» – оживить «замороженных», не прикасаясь к ним руками, используя мимику, жесты.

«Замороженный» считается реанимированным, если он улыбнется или поменяет позу.

Обсуждение. Насколько было сложно сохранять невозмутимость, насколько было трудно «оживить» «замороженного»?

Игра «Пожелания»

Все сидят в кругу. Тренер: «Давайте сейчас выскажем друг другу хорошие пожелания. Тот, у кого в руках мяч, бросит его любому игроку, назовет его по имени и пожелает ему чего-то. И так мы будем бросать друг другу мяч с пожеланиями».

Рефлексия занятия.

Занятие 5

Счастье

Задачи:

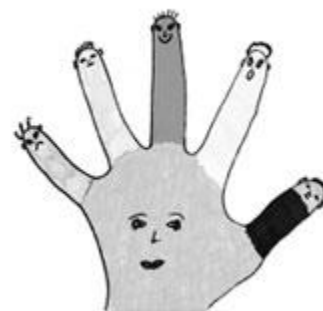
- формировать умения воспринимать и понимать эмоциональное состояние другого;
- способствовать осознанию личностных, индивидуальных особенностей;
- формировать навыки конструктивного общения.

Упражнение «Пальчики-мордашки»

Материалы. Лист бумаги формата А4, цветные и простой карандаши, фломастеры.

Инструкция испытуемому. Перед вами лежит лист бумаги. Положите на него кисть руки и обведите простым карандашом. Получилась ваша неделя, начиная с мизинца: понедельник, вторник, среда, четверг, пятница. Подумайте, какой характер, какое настроение будет у каждого дня, и нарисуйте соответственные мордашки каждому пальчику. А теперь на ладошке нарисуйте «лицо недели» – ваш характер и эмоциональное состояние за всю неделю. Раскрасьте теми цветами, какими захотите.

ПАЛЬЧИКИ-МОРДАШКИ И НЕДЕЛЯ



Беседа «Что же такое «Счастье»?

Основная идея дороги «Прямо пойдешь – счастье обретешь» – углубление понятия Счастья. Сегодня нам представится возможность побывать в разнообразных ситуациях, которые делают человека счастливым.

Что же нам известно о счастье из сказок, мифов, легенд и притч? Давайте послушаем одну притчу.

Притча о счастье

Жил когда-то на свете добрый Бог, и была у него волшебная глина. Из этой глины сделал Бог пищу, жилище, орудие труда, а вот Счастье, сколько ни старался, сделать не смог. Тогда отдал Бог этот небольшой кусочек глины Человеку и сказал: «А вот Счастье свое сделай сам», - и исчез. С тех пор делает Человек свое Счастье всяк по своему разумению, не надеясь ни на Бога, ни на друзей.

Мифы и легенды свидетельствуют о том, что понятие счастья тесно связано с понятием образа успеха, исполнения желаний. У всех людей они разные. У одних – это власть, у других – слава, у кого-то – жажда богатства, а для кого-то это обретение любви. Счастье становится мечтой, которую стремится достичь человек. Поиски Счастья заставляют человека действовать, проявлять созидательную активность. Каков же финал этих исканий? Чаще всего герои понимают, что переживание счастья кратковременно и порождает множество завистников; приобретение богатства через некоторое время также оборачивается существенными хлопотами; острота переживания любви меняется обыденностью и притуплением чувств... Но что же тогда Счастье? И к чему человек стремится?

Немало сказок и притч существует о том, что Счастье – это особое состояние души, которое дано нам изначально и в основном мало зависит

от волшебных событий. Хотя для того, чтобы человек мог осознать и принять свой изначальный дар счастья, ему приходится пройти немало дорог и испытаний. Послушайте одну такую историю.

Талисман

Принц с принцессой еще праздновали свой медовый месяц. Счастливы они были чрезвычайно, и только одна мысль не давала им покоя: будут ли они так же счастливы всю жизнь? Поэтому они стали мечтать о талисмане, который оградил бы их от всяческого недовольства в супружестве. Были они наслышаны об одном человеке, который жил в лесу, и все уважали его за мудрость. В любом затруднении он мог дать совет. Отправились к этому мудрецу принц с принцессой и рассказали ему обо всем, что было у них на душе. Выслушал их мудрец и сказал:

– Ступайте странствовать по белу свету, и как встретятся вам счастливые и всем довольные муж с женой, попросите у них кусочек нижнего белья, а как раздобудете такой лоскуток, носите его всегда с собой, как талисман. Это средство испытанное.

Сели принц с принцессой на коней и отправились в путь. Вскоре услышали они от людей о рыцаре, который будто бы жил со своей женой счастливее других. Приехали к нему в замок принц и принцесса и стали сами расспрашивать супругов, счастливы ли они.

– Все правда, что о нас говорят, - ответили те, - одно толь ко у нас горе – детей у нас нет!

Стало быть, искать талисман здесь нечего, пришлось принцу с принцессой отправляться дальше. И вот приехали они в город, где по слухам, жил горожанин, который жил со своей женой в мире, любви и согласии. К нему они и пошли, и спросили, правда ли он так счастлив в браке, как о том рассказывают.

- Да уж что правда, то правда! – ответил горожанин. – Живем с женой душа в душу, да только детей у нас многовато, а сними много у нас забот и горя!

Стало быть, и тут искать талисман нечего. Принц с принцессой отправились дальше, расспрашивая повсюду, не слышал ли кто про счастливых и довольных супругов. Но такие все не объявлялись. Однажды неподалеку от дороги они увидели пастуха, который весело играл на свирели. К пастуху шла женщина с младенцем на руках, а другого мальчика вела за руку. Заметив женщину, пастух направился к ней, поздоровался, взял малютку и начал целовать и ласкать его. Меж тем женщина достала глиняный горшок, который принесла с собой, и сказала:

– Иди, отец, поешь. – Муж сел на землю и принялся за еду, но первый кусок отдал малютке, а другой разделил с мальчиком. Все это видели и слышали принц с принцессой. Они подошли поближе и спросили, счастливы ли супруги.

– *Что верно, то верно, – ответил муж. На свете нет ни одного принца с принцессой счастливее нас.*

– *Помогите нам, – сказал принц, – вы об этом не пожалеете! Дайте нам по лоскутку от рубашки, которую вы носите на теле! – При этих словах пастух с женой как-то чудно переглянулись. А пастух сказал:*

– *Видит Бог, мы бы рады отдать вам не то что лоскуток, но и целую сорочку, будь она у нас. Но у нас и тряпки никакой в доме нет.*

Пришлось принцу с принцессой отправиться дальше несолоно хлебавши. Под конец долгие напрасные скитания им наскучили, и они повернули домой. Когда они проезжали мимо хижины мудреца, они упрекнули его за то, что он дал им такой плохой совет, и рассказали про свое путешествие.

Улыбнулся мудрец и сказал:

– *Неужели вы напрасно ездили? Разве не вернулись вы домой, умудренные опытом?*

– *Да, ответил принц, – я узнал, что счастье и довольство своей судьбой – редкий дар на этом свете!*

– *А я, – сказала принцесса, – поняла: чтобы стать счастливым, нужно просто быть довольным своей судьбой, и все!*

Протянул тут принц принцессе руки, и поглядели они друг на друга с такой нежной любовью! Благословил их мудрец и сказал:

– *В вашем собственном сердце отыскали вы истинный талисман! Храните его бережно, и тогда злой дух неудовлетворенности никогда не овладеет вами.*

А еще мудрецы говорят, что счастье приходит тогда, когда мы достойным образом используем каждую минуту. Счастье – это такое питание для души, которого должно быть достаточно (не много и не мало). Оно может слабого сделать сильным, трудное – простым, тяжелое – легким. Что бы ни случилось, мы не должны терять своего счастья!!! (Г.-Х.Андерсен)

Мудрецы говорят, что где-то есть источник счастья. У каждого он свой. Вот интересно, где он у нас находится? Как вы думаете? (Участники дают ответы, ведущий делает выводы по ним).

Все ваши рассуждения достойны внимания, но я хочу вас пригласить в гости, где, может быть, мы узнаем об источнике счастья поподробнее. Хотите? Тогда – в путь!

Закройте глаза и представьте, что вы попали в дом Деда Мороза! Какая красивая и большая елка, какой чистый и пушистый снег, а как пахнет мандаринами!.. А какое волнующее чувство – ожидание подарков, даже щекочет где-то внутри!.. Но ведь это секрет, сюрприз! Вспомните, как мы бываем счастливы, получив долгожданный подарок! А может быть, сейчас вы наблюдаете, как разворачивает ваш подарок тот, кому вы его подарили? Вот уже открыта коробочка, снята обертка... Вы наблюдаете за его реакцией... Какое радостное у него лицо!.. Он счастлив!!! Его счастье

передается и тебе, правда? Здорово!.. Понравились ощущения Нового года летом?

Следующее путешествие. Закрываем глаза... Ты очутился в гуще радостной, восторженной, ликующей толпы. Ты спросишь, чему они рады? Ответ прост – они радуются за тебя, они восторгаются твоим успехом, твоей победой! Наверное, ты победил в спортивных соревнованиях или стал лучшим учеником в классе, а может быть, удачно выступил на концерте: сыграл музыкальное произведение или спел? И все, все, все: твои родители, друзья, и даже недруги – узнали об этом и аплодируют тебе.

Упражнение «Летний дождь». Прекрасно скомпонованное упражнение, в котором игроки ощущают себя одной командой.

Члены отряда должны образовать как можно более правильный круг. Как только это удалось, все поворачиваются направо, так что теперь все игроки стоят друг за другом на расстоянии вытянутой руки.

Расскажите игрокам, что в этом упражнении каждый сможет услышать шум и шорохи летнего проливного дождя. И чем лучше будет взаимодействие в отряде, тем прекраснее будет ощущение от игры.

Встаньте сами в круг вместе с группой и продемонстрируйте движения рук, которые производят желаемые шорохи:

положите ладони на спину стоящего впереди игрока, приблизительно в районе лопаток, и опишите ими круг. Возникший шорох соответствует ветру, предшествующему проливному дождю (фаза А);

потихоньку начните нежно похлопывать кончиками пальцев по спине партнера, чередуя при этом обе руки. Это начало дождя (фаза В);

теперь начинайте барабанить ладонью по спине партнера (фаза С);

вернитесь к фазе В;

перейдите к фазе А;

остановитесь, пусть руки спокойно полежат на спине партнера.

Объясните группе, что это упражнение дает потрясающий эффект, если при этом все закроют глаза.

Начинайте игру с фазы А. Стоящий перед вами игрок «передает» это движение дальше – участнику, стоящему перед ним, и т. д., пока оно не вернется к Вам. Когда вы почувствуете, как руки партнера совершают круги по Вашей спине, начинайте фазу В, и так далее, пока последовательность не дойдет до конца. (Каждый продолжает выполнять движение, которое он чувствует своей спиной, до тех пор, пока не получит новый сигнал.)

Игра «Эники-беники». Это занимательная детская игра, которая, однако, нравится и взрослым.

На середину комнаты выходит доброволец, остальные участники находят себе по партнеру. Затем «эники» (так в данном случае называются игроки) образуют два круга, один внутри другого. «Эники» во внутреннем

круге ходят по часовой стрелке, во внешнем – против. Доброволец (ведущий) сидит в центре круга на полу.

Ведущий мысленно загадывает число (от одного до сорока) и начинает громко считать. При этом «эники» в обоих кругах идут в противоположных направлениях. Когда ведущий доходит до задуманного числа, он громко кричит: «Эники-беники!», и все игроки находят заранее выбранных партнеров. Пары кладут друг другу руки на плечи и садятся на корточки.

Игроки, усевшиеся на корточки последними, идут к ведущему и вместе с ним садятся на пол. Теперь эта тройка загадывает новое число и в следующем раунде громко считает, пока не дойдет до задуманного числа.

Чем больше участников занимает место в середине круга, тем громче произносятся числа и тем меньше остается «эников».

Когда вне круга останется только одна пара игроков, они встают рядышком и кланяются игрокам в центре.

Упражнение «Строимся по признакам». Выбирается ведущий, который должен построить всех по каким-либо признакам:

- по цвету волос;
- по цвету глаз;
- по теплоте рук;
- по размеру обуви.

А теперь всем предлагается молча построиться в одну линию по дням рождения.

Рефлексия занятия.

Занятие 6

Искусство успевать

Задачи:

- научить подростков рациональному использованию времени;
- привить ценность собственной обязательности как критерия надежности в отношениях с людьми;
- научить умению работать на общий результат.

Упражнение «Перевернутое имя». Почти всегда имя, прочитанное в обратном порядке, – это фантастическое слово, значение которого еще надо расшифровать. Помогите детям расслабиться: «Закройте глаза... три раза глубоко вздохните... опустите плечи... расслабьте руки... ноги...»

Каждый должен сконцентрироваться на своем имени, мысленно перевернуть его и несколько раз проговорить про себя, чтобы привыкнуть к необычному звучанию.

Теперь все представляют себе, будто перевернутое имя – слово какого-то чужого языка, на котором говорят жители отдаленной страны или даже существа с другой планеты. Каждый воображает, будто в руках у него словарь этого экзотического языка.

Предложите детям мысленно перелистывать этот словарь до тех пор, пока в нем не найдется страница с их перевернутым именем. Может быть, перевод дан как текст или как картинка, или смысл слова объясняется каким-нибудь иным способом. Тот, кто «перевел» свое, слово, открывает глаза и спокойно дожидается остальных.

Теперь дети поочередно называют свои настоящие и переставленные имена и за 2 минуты (максимальное время) объясняют «перевод», который нашли в воображаемом словаре.

Благодаря этой игре дети могут пересмотреть привычные стереотипы. Лучше, если члены отряда идентифицируют себя с этим перевернутым словом и смогут рассказывать от первого лица: «Я – большой каменный обломок, который отделился от горы и теперь лежит в зеленой долине...»

Игра «Бабушкины ключи». Эта расслабляющая игра требует слаженной групповой работы.

Материалы: лента и связка ключей.

Один игрок берет на себя роль бабушки. Он становится в углу комнаты и поворачивается лицом к стене. За бабушкой, прямо возле ее ног, лежит маленькая связка ключей, которую можно спрятать в одной руке.

Остальные игроки становятся на расстоянии, по меньшей мере, 6 м позади бабушки. Обозначьте с помощью ленты линию старта, чтобы «воришки ключей» знали, куда им возвращаться.

Каждый раз, когда бабушка оборачивается, остальные участники должны замереть. Если бабушка заметит движение какого-нибудь игрока, он должен будет вернуться на стартовую линию. Бабушка оборачивается без предупреждения.

Цель игры заключается в том, чтобы взять ключи и принести их обратно на линию старта. При этом бабушка не должна видеть ключей. Они должны оставаться только в руке игрока.

Когда игрок захватил связку ключей, он должен дотронуться: до каждого игрока, прежде чем достигнет линии старта.

Если бабушка увидит связку или заметит, как движется игрок с ключами, то ключи возвращают бабушке. Попавшийся игрок отправляется на линию старта.

Ход игры трудно предсказать. Ее можно остановить через заранее определенное время, например, через 15 минут. Однако если игроки получают большое удовольствие, продлите время до тех пор, пока они не «обманут бабушку».

Игра «Передача ритма». Это прекрасная символическая игра, помогающая начать или закончить групповую работу.

Отряд усаживается в тесный кружок на полу или на стульях.

Участники легко держат друг друга за руки.

Каждый один раз сжимает руку своего соседа справа.

Теперь скажите игрокам примерно следующее: «Сжатые руки – сигнал, который мы будем использовать в игре. Игра начинается, когда я пожму руку своего соседа справа. Когда он почувствует пожатие, то должен передать его направо своему соседу. Так рукопожатие проходит слева направо по кругу, пока не вернется ко мне. В первый раз мы можем работать совсем медленно и спокойно. Вы можете не торопиться передавать рукопожатие дальше».

Когда первый раунд завершен. Вы можете предложить участникам закрыть глаза и играть так дальше. От раунда к раунду предлагайте слегка ускорять темп игры.

В заключение участники должны сильно сжать руки обоим своим соседям и потом открыть глаза.

(Варианты)

«Многokrатные импульсы»: после того как Вы отправили рукопожатие, пошлите вслед за ним второе. Это побудит группу еще больше сконцентрироваться.

В отряде из двенадцати человек Вы можете успеть отправить порядка пяти «импульсов», пока первое рукопожатие не вернется. В более многочисленном отряде одновременно можно пускать еще больше импульсов. Проверьте, сколько импульсов к Вам на самом деле возвращается. Попробуйте одновременно отправить по импульсу в оба направления.

Упражнение «Подбери ассоциации к понятию «время». Образы времени: пожирающее, потерянное, чистое, тянущееся, и т.п. Участникам предлагается подобрать определение времени, образы, ответить на вопрос: «Время: какое оно?» При анализе определяем, что преобладает в личном времени каждого участника.

На предыдущих занятиях я вам читала сказки, а на этом мы будем сочинять сказку сами.

Упражнение «Сказка о потерянном времени».

Инструкция. Сейчас мы сядем в круг и придумаем историю о потерянном времени. Каждый по кругу дополняет сказку одним предложением, удерживая сказочный сюжет, помня о том, что конец сказки должен быть положительным, жизнеутверждающим.

Психолог наравне со всеми принимает участие, поддерживает процесс сочинения. Если сказка проходит три круга, а закончить ее участникам трудно, психолог проявляет инициативу в позитивном завершении сказки.

Схема развития сюжета волшебной сказки:

- Рождение героя. Жизнь в отчем доме.
- Расставание с отчим домом.
- Выбор пути. Проверка на «доброе сердце». Встреча с помощниками.
- Трудности в пути, преодоление препятствий.

– Победа. Возвращение домой. Коронование.

Игра «Бег рук». Это прекрасная символическая игра, в которой принимают участие все члены группы.

Участники разбиваются на команды по шесть человек.

Каждая команда образует круг. Все игроки вытягивают правые руки к центру и кладут ладони одна на другую.

Теперь участники перекладывают ладони: самая нижняя рука начинает путешествие вверх, за ней следует рука второго игрока, которая теперь оказалась снизу, и т. п. Руки должны перемещаться строго по очереди, причем в один и тот же момент двигать рукой может только один игрок.

После того как члены команд научатся работать быстро и слаженно, начинается соревнование между командами: кто быстрее изменит расположение рук. Как только команда успешно завершит перегруппировку, все ее игроки должны будут закричать в один голос: «Готово!»

Сыграйте в эту игру два или три раза и в заключение спросите, изменились ли у играющих ощущения от рук партнеров.

Замечания. В пылу соревнования часто бывает трудно определить момент окончания состязания, поэтому для удобства можно пометить руку первого игрока, например, крестиком. Если у Вас достаточно времени, проведите соревнование с левыми руками и, что довольно трудно, с обеими. В последнем случае руки одного и того же участника не должны лежать одна на другой. Успех игры во многом зависит от того, насколько развиты у игроков способность к сосредоточению и координация движений.

Упражнение «Круг нашей жизни». Эта игра заставляет задуматься и о своей жизни, и о жизни людей рядом с вами.

Психолог чертит на полу большой круг и предлагает следующее задание: это срез вашей жизни, одного типичного дня. Сначала разделим круг на четыре условные части пунктирными линиями.

В каждой четверти – шесть часов. Пусть теперь кто-нибудь покажет, сколько времени у него уходит:

- на сон;
- на школу;
- на друзей;
- на домашнее задание;
- на семью;
- на одиночество;
- на работу по дому;
- на все остальное.

Глядя на круг своей жизни, задайте себе следующие вопросы:

- Довольны ли вы тем, как проходит день?

– Пусть в идеале, но какие границы хотелось бы изменить в этом круге?

– Что легко и что трудно изменить в нашей жизни?

– Чего не хватило для верного отображения нашей жизни?

– Почему все-таки мы ждем и стремимся к изменениям?

Упражнение «Настоящее есть будущее». Психолог предлагает порассуждать о том, что события настоящего (наши мысли, чувства, поступки) формируют наше будущее. Если в настоящем взгляд человека на будущее размыт, нечеток, не сфокусирован, то и будущее не оформляется, не приобретают форму наши желания, наши цели. Чтобы точно попасть в цель, получить желаемый результат, необходимо «стрелу» - энергию направить на определенную мишень.

Эта проблема, существующая у многих людей, – слишком неопределенные желания и цели. Препятствием на пути реализации целей является отсутствие у людей твердой уверенности в том, что они действительно чего-то хотят, непонимание того, зачем им это нужно. Некоторые люди не могут определить, что для них действительно важно, и растрачивают свою энергию по мелочам, не умея выбрать приоритеты.

Многие не могут начать действовать потому, что не знают, чего они хотят, или же хотят так много, что не могут ничего добиться, потому что им не хватает сосредоточенности. Некоторые также ставят себе нереалистичные, недостижимые цели, которые в действительности напоминают несбыточные грезы (например, вести расточительную жизнь кинозвезды в Голливуде).

Инструкция. Возьмите лист бумаги и запишите вопросы, на которые хотите получить ответ: «Чего я хочу? Чего я действительно хочу?». Закройте на несколько минут глаза и сосредоточьтесь на поставленных вопросах. Как только ответы начнут приходить вам в голову, начинайте записывать их. Продолжайте задавать вопросы до тех пор, пока ответы не перестанут приходить.

Обсуждение. Проанализируйте, какие цели – самые близкие, исполнение каких рассчитано на более длительный отрезок времени. Оцените, реалистичны ли ваши цели, какое значение они имеют с точки зрения желаемого будущего. Пристально, внимательно разглядев сейчас свои цели, вы сделали первый шаг к достижению этих целей. Представьте, что вы – путешественники во времени, вы побывали в будущем, где эти цели уже достигнуты.

Рефлексия занятия. Понравилась ли совместная работа, как пригодится опыт, полученный сегодня, в реальной жизни?

Занятие 7 Дорога к себе

Задачи:

- способствовать осознанию жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения;
- формировать адекватную самооценку;
- научить оценивать ресурсы собственного развития.

Игра «Телеграмма». Участники составляют телеграфное сообщение, используя свои инициалы.

Попросите игроков разбиться на подгруппы по шесть человек и выбрать «секретаря», который будет записывать нужную информацию.

Члены каждой подгруппы представляются друг другу по именам и фамилиям, и выбранный «секретарь» записывает начальные буквы всех имен и фамилий.

Каждая буква – это начало слова. Из всех слов нужно составить телеграфное сообщение. Члены подгруппы придумывают текст и решают, кто должен быть его адресатом.

Допустим, инициалы членов подгруппы выглядят так: Л. Б., У. Н. В. О., П. Н., З. Н., И. П. Тогда телеграмма может быть следующей; «Любимый брат, у нас все отлично. Постарайся ничего здесь не испортить, пожалуйста». Теперь все подгруппы собираются вместе. Члены каждой команды называют свои имена и читают получившуюся телеграмму.

Игра «Превращение кобры». Серьезное испытание для отряда. Успех усиливает доверие и сплоченность отряда. Подготовка

Отряд становится в круг посередине комнаты. Каждый кладет руки на плечи впереди стоящего. Расскажите игрокам, что эта игра основана на старой бразильской легенде. Положение, в котором сейчас стоит отряд, называется «Стеклянная кобра». Оно символизирует народ. Стеклянная кобра разобьется на много кусков, но отдельные ее части снова соберутся вместе. И когда отдельные «фрагменты», слабые сами по себе, объединятся, они станут мощными и сильными, ибо в результате трудного процесса совместного роста превратятся в опасную кобру из стали.

Участники закрывают глаза и с помощью рук исследуют спину стоящего впереди игрока, пытаясь запомнить свои ощущения. Впоследствии именно эти ощущения окажутся весьма полезными.

Затем каждый отнимает руки и с закрытыми глазами покидает круг. В течение 1 минуты «осколки» стеклянной кобры бродят по комнате. (Обязательное условие: партнеры должны держать руки на уровне груди – это защитит их в случае возможных столкновений друг с другом.)

Дайте сигнал к объединению. Не открывая глаз, группа пытается воссоздать круг в первоначальном виде. Чтобы игроки смогли расслабиться и, следовательно, выполнять упражнение с большей эффективностью, скажите им, что в этой игре нет временных ограничений.

Как и в бразильской легенде, процесс появления стальной кобры может длиться достаточно долгое время.

Подчеркните, что вы наблюдаете за действиями игроков. Помогите слишком далеко ушедшим «отдельно путешествующим» членам группы: осторожно верните их назад.

(Варианты)

Вместо круга постройте членов группы в ряд. Тогда выполнить задание будет немного легче.

Замечания. Игру лучше проводить в средних по размеру группах (двенадцать-четырнадцать человек).

Упражнение «Прогулка доверия». Участники распределяются на пары. Одному завязываются глаза, он «слепец». Задача «видящего» провести его через препятствия из одного угла комнаты в другой. Потом пары меняются ролями.

Обсуждение.

- Что вы чувствовали в роли «слепцов» и «видящих»?
- Какая роль предпочтительнее и почему?

Игра «Сотворение мира».

Знаете ли вы, как был сотворен мир? Множество легенд и мифов повествует об этом. Вот один из них.

Сначала не было ничего: ни земли, ни неба, ни песка, ни холодных волн. Была лишь огромная черная бездна. Царство Хаоса. К северу от нее лежало царство туманов, к югу – царство огня.

Но вот в царстве туманов забил родник. Двенадцать мощных потоков взяли из него свое начало и стремительно потекли к югу. Жестокий мороз царства туманов превращал воду этих потоков в лед, но поток бил, не переставая, ледяные глыбы росли, все ближе и ближе подвигаясь к царству огня. Подойдя совсем близко, лед начал таять.

Из таявшего льда возникла гигантская корова. Четыре молочные реки потекли из ее вымени. Зеленой травы еще не было, и корова паслась на льду, облизывая соленые ледяные глыбы. К концу первого дня на вершине одной из этих глыб появились волосы, на другой – целая голова, к исходу же третьего дня из глыбы вышел могучий гигант – прародитель богов.

Шло время, мир менялся, огромные силы Хаоса должны были быть обузданными. Эту задачу выполнили боги. Они брали из хаоса, царств огня и тумана вещество и создавали воду, землю, огонь и воздух. Из искр боги создали звезды и украсили ими небосвод. Некоторые из них боги укрепили неподвижно, другие же разместили так, чтобы они двигались по кругу.

Сотворив мир, боги надумали его населить. Однажды на берегу моря боги нашли ясень и ольху.

Боги срубили их и сделали из ясеня мужчину, а из ольхи – женщину. Затем боги вдохнули в них жизнь и дали разум. Так появились первые люди.

Участники игры садятся в круг, центром которого является столик с пластилином, дощечками, салфетками.

Каждый из нас имеет внутри Творца, Волшебника, но у каждого он проявляется по-своему. Мудрецы говорят, что волшебник несет в себе частицу Бога, создавшего мир. И сегодня нам предстоит создать собственный мир.

Начав творить, боги создали землю. Возьмите, пожалуйста, пластилин, который поможет вам создать землю. Подержите его в своих руках. И, придавая ему форму, создайте землю.

Участники начинают «создавать» землю.

Создавая землю, боги думали о том, какой плодородной она будет. Они знали, что земля даст будущему человеку ощущения уверенности, прочности, научит его создавать предметы материального мира, строить дома, обустраивать свой быт. Они знали, что земля научит человека трудиться и получать от этого удовольствие. Они знали, что земля даст человеку богатство и научит им распоряжаться.

Они любовались своим творением, но затем подумали, что надо землю чем-то удобрить, и пусть это будет вода. Они отложили созданную ими землю. Взяли другой кусочек вещества (*участники берут пластилин*) и начали создавать воду.

(Участники начинают «создавать» воду).

Создавая воду, боги думали, какой живительной и чистой она будет. Они знали, что вода напитает землю и та даст богатый урожай. Они знали, что вода будет дарить человеку очищение, она напитает его внутренний мир разнообразными переживаниями и разовьет его чувствительность... итак, боги создали воду.

Затем боги соединили землю и воду в чудесную композицию и любовались своим творением.

Боги отложили землю и воду, чтобы посвятить себя созданию огня. Они взяли соответствующее вещество (*участники берут пластилин*) и начали создавать огонь.

(Участники начинают «создавать» огонь).

Создавая огонь, боги думали о том, что он подарит человеку тепло, поможет приготовить пищу. Они знали, что огонь поселится в душе человека и поможет ему жить и творить. Они знали, что огонь укрепит дух человека и напитает его высокими устремлениями... итак, боги создали огонь.

Они любовались своим творением, а затем соединили землю, воду и огонь. Казалось бы, мир создан. Но нет, для жизни необходим еще один элемент – воздух. Боги отложили свою композицию и взяли по кусочку вещества (*участники берут пластилин*), необходимого для создания воздуха.

(Участники начинают «создавать» воздух).

Создавая воздух, боги думали о том, что он будет связывать все элементы. Они знали, что воздух подарит человеку легкость дыхания, поможет ощущать ароматы этого мира. Они знали, что воздух сможет переносить мысли человека, а значит, поможет ему познавать новое... итак, боги создали воздух.

Они любовались своим творением, а затем соединили воедино землю, воду, огонь и воздух.

Так были созданы элементы мира. Боги восхищались и поражались, каким же разнообразным и неповторимым он получился.

Обмен впечатлениями.

Создав мир, боги любовались своим творением. Но пришло время населять его. И задумали боги создать человека. Им хотелось, чтобы человек нес в себе весь мир, который они сотворили. Поэтому они решили создать мир из того вещества, из которого создавали мир.

Боги не привязывались к результатам своего труда. Они хотели, чтобы созданный ими мир был внутри человека. Поэтому они взяли тот мир, который только что создали, в свои руки. Согрели его своим божественным теплом и... скатали в шар.

В руках богов оказался разноцветный шар, в котором теперь перемещались и земля, и вода, и огонь, и воздух. «Из этого теперь можно сделать человека!» – решили боги.

Они разделили шар на две части: одну чуть больше, другую чуть меньше. И скатали два шара. Но этого было недостаточно для создания человека. Тогда они взяли больший шар и опять разделили его на две части: одну побольше, другую поменьше. Теперь у них было уже три шара, но и этого было недостаточно. «Жизнь размножается делением», – подумали боги и разделили тот шар, который побольше, еще на две неравные части и скатали из них шары. Теперь у богов было уже четыре шара.

«Но этого мало», – решили боги и разделили больший шар еще на две части, превратив их в шары. Теперь у них было уже пять шаров. Но богам так понравилось заниматься делением, что они разделили больший шар еще на две части.

Теперь перед ними лежало шесть шаров. «Надо знать меру», – подумали боги, и напоследок отщипнули от большого шара маленький кусочек, скатав шары...

Перед богами лежали семь шаров разной величины. «Это хорошее число», – решили боги и слепили из шаров человека. Самый большой шар стал туловищем, самый маленький – шеей, остальные шары стали руками, ногами, головой.

Человек, слепленный из шаров, развеселил богов. «Он должен быть подобен нам», – решили боги и стали вытягивать части тела человека, прочно соединяя их друг с другом. Так появился первый человек...

«Главное, он должен стоять на своих ногах», – решили боги и долепили своих человечков так, чтобы они прочно стояли на своих ногах.

Потом боги поставили человечков в круг и долго рассматривали их. Обсуждение и обмен впечатлениями.

Дорогие друзья, в каждом человечке – весь мир, который вы также создали своими руками. Но все эти человечки – новорожденные. А новорожденным боги обычно дарят подарки. Подарки богов не просты, в каждом из них скрыт особый смысл. Главный подарок – подарок от Бога-Творца. Поэтому подумайте, что вам хотелось бы подарить своему человечку, какими качествами его наделить, какой судьбы пожелать. Потом возьмите кусочек пластилина и вылепите символ вашего подарка, а затем подарите вашему человечку «посох силы», «птицу удачи», «факел мудрости».

Когда каждый подарит своему человечку подарок, ведущий продолжает:

– Теперь встаньте в круг. Пришло время дарить подарки. Мы будем дарить их друг другу со словами: «Я хочу подарить тебе... (*называет свой подарок*), что будет, на мой взгляд, полезным. Мой подарок принесет тебе... (*вы говорите, что принесет ваш подарок*). Итак, давайте подарим ваши подарки!

Главное условие заключается в том, что подарок должен как можно лучше подходить данному человеку, доставлять ему радость. Рассказывая о предполагаемом подарке, каждый объясняет, почему именно этот подарок был выбран. Участник, которому «подарили» подарок, высказывает свое мнение: действительно ли он рад этому.

Как вы думаете, кого же мы лепили на самом деле? Конечно, самих себя. Так, настоящий Волшебник постоянно лепит себя, дарит себе и другим подарки. Отправляясь из волшебного мира в реальный, он превращает все в шар, который символизирует целостность, красоту и гармонию нашего внутреннего мира. Именно шар дает Волшебнику ощущение защищенности и уверенности. Давайте же скатаем наших человечков в шар. Мы сделаем это бережно и с любовью. Оставим себе эти шары как символ нашего внутреннего мира.

Еще раз создадим круг. Поднимите, пожалуйста, руки вверх, словно вы держите над головой Волшебную чашу. Мы будем наполнять ее. Что бы вы хотели взять с собой из нашего путешествия? (По кругу высказывается каждый участник).

Мечту? – Возьмите, пожалуйста, с собой Мечту.

Уверенность? – Возьмите, пожалуйста, уверенность...

Чувствуете, как наполняется наша чаша, становится все тяжелее? Опрокиньте чашу на себя, искупайте себя с головы до ног. Да пребудет в вашей реальной жизни и Любовь, и Мечта, и Уверенность. Все то, что вы хотели бы взять с собой, что могло бы вам пригодиться.

Рефлексия. Обратная связь.

Методическая разработка
«Проведение танцевального флешмоба «Мы любим наш
«тёплый» город!»

Автор: Бондаренко Елена Владимировна, психолог отделения дневного пребывания несовершеннолетних.

Цель: Организация творческой, волонтерской деятельности, создающей «ситуацию успеха» для подростков посредством организации массового танцевального мероприятия.

Задачи:

1. Проинформировать подростков о понятии «флешмоб».
2. Замотивировать подростков на участие.
3. Собрать команду заинтересованных подростков и наставников.
4. Привлечь профессионального хореографа.
5. Организовать репетиции.

Механизм

Флешмоб (от англ. flash mob – flash – вспышка; миг, мгновение; mob – толпа; переводится как «мгновенная толпа») – это заранее спланированная массовая акция, в которой большая группа людей появляется в общественном месте, выполняет заранее оговоренные действия и затем расходится. Сбор участников флешмоба осуществляется посредством связи (в основном это Интернет).

Флешмоб рассчитан на случайных зрителей, вызывая смешанные чувства непонимания, интереса и даже участия. Участники флешмобов часто ищут в проведение акции: развлечение; почувствовать себя свободным от общественных стереотипов поведения; произвести впечатление на окружающих; самоутверждение (испытать себя: «Смогу ли я это сделать на людях?»); попытка получить острые ощущения; получить эффект, как от групповой психотерапии; приобретение новых друзей.

Цели флешмоба достигаются за счёт «эффекта толпы». Участники подобных акций, в жизни часто являются вполне успешными и серьёзными людьми.

Психологи объясняют участие в флешмобах тем, что обыденная жизнь и повседневные заботы их утомляют.

Основные принципы флешмоба:

- Спонтанность в широком смысле.
- Отсутствие централизованного руководства, избранного командира.
- Отсутствие каких-либо финансовых или рекламных целей.
- Участники флешмоба во время акции не должны никак показывать, что их что-то связывает.

Общепринятые правила флешмоба:

- Никто из участников не платит и не получает денег.
- Действие должно казаться спонтанным.
- Должно сложиться впечатление, что люди, которые проводят флешмоб – такие же случайные прохожие, как и все.
- Сценарий чаще всего имеет абсурдный характер (за исключением танцевального флешмоба).
- Флешмоб не должен содержать рекламу.

Явление флешмобов началось после того, как в октябре 2002 вышла книга социолога Говарда Рейнгольда «Умные толпы: следующая социальная революция», в которой автор предсказывал, что люди будут использовать новые коммуникационные технологии (Интернет, сотовые телефоны) для самоорганизации.

Первый флешмоб был намечен на 3 июня 2003 года в Нью-Йорке, США, но не состоялся. Ему помешала заранее предупреждённая полиция. Организаторы избежали этой проблемы при проведении второго флешмоба, который состоялся 17 июня 2003 года. Участники пришли в заранее определённое место, где они получили инструкции. Приблизительно двести человек собрались вокруг одного дорогого ковра в мебельном отделе универмага и стали говорить продавцам, что живут вместе на складе в «пригородной коммуне» на окраине Нью-Йорка и пришли купить коврик.

Первые российские акции были организованы и состоялись одновременно в Санкт-Петербурге и Москве 16-го августа 2003. Их участники с непонятными табличками встречали на вокзале приехавших поездом пассажиров.

Безусловно, действия, которые можно квалифицировать как флешмоб, могли происходить и задолго до появления книги Рейнгольда. Но это были скорее одиночные случаи, не являющиеся массовым явлением. Только наличие удобных и быстрых средств связи и более-менее сформированные правила позволили флешмобу стремительно стать популярным практически по всему миру. Поэтому можно утверждать, что он имеет уникальную идеологию и не имеет аналогов в мировой истории.

Флешмоб, как правило, организовывается через интернет-сайты. В каждом городе действует по одному сайту, чтобы не было неразберихи. В интернете разрабатывают, предлагают и обсуждают сценарии для акций. Сценарий, место и время акции назначается либо администрацией сайта, либо путём голосования. Акции проводятся в многолюдных местах. Инструкции к акции могут быть опубликованы на сайте, либо инструкции выдаются до акции специальными агентами.

Чтобы не вызывать отрицательной реакции у случайных зрителей, такие акции проходят тихо и без шума, спокойно и вообще еле заметно. Чтобы не вызвать смех у случайных зрителей, участниками акции всё делается с серьёзным видом. На акциях участниками делается вид, что всё спонтанно и вполне обыденно для них. А потому он не должен быть

сложным и с какой-либо яркой атрибутикой. Начинается акция одновременно всеми участниками. Для этого согласовывается время или назначается специальный человек, который должен подать всем сигнал для начала акции. Такие акции длятся недолго (обычно до пяти минут), иначе случайные зрители начинают проявлять активность: приставать с вопросами, вызывать работников охраны и правопорядка, игнорировать и дальше заниматься своим делом.

Организаторы флешмобов рекомендуют:

- Не повторять чужие и свои уже состоявшиеся акции.
- Никому не помогать, но никого и не карать.
- Не нарушать общественный порядок.
- Не оставлять после себя мусор.
- Не общаться вживую до, во время и после акций.
- Во время акции участники не должны создавать неудобства

для простых обывателей, оказавшихся волей случая вблизи от места проведения акции. По мере существования явления флешмоба стали появляться такие сценарии, которые не соответствовали его правилам. И тогда стало ясно, что термин «флешмоб» уже не способен удовлетворить всех. В настоящее время само слово «флешмоб» стало нарицательным, и им начали называть любую акцию, в которой участвует некоторое количество человек. Хотя все новые виды акций «вышли» из флешмоба, некоторые из них стали настолько отличаться от него идеологически и организационно, что их уже нельзя относить к разновидностям флешмоба.

Примеры флешмоба:

Замирание. В определённый момент в определённом месте участники резко замирают, как будто остановилось время. В замершем состоянии они стоят три минуты, после чего делается передышка на несколько секунд и снова на три минуты замирают. После этого все одновременно расходятся в разные стороны.

Взгляд в небо. Собирается народ, в определённое время достаются из карманов/сумок/портфелей бинокли/подзорные трубы/свёрнутые газеты и взгляды устремляются на небо. По прошествии минут 5-10 всё сворачивается и народ расходится по своим делам, оставляя прохожих, в недоумении пытающихся найти нечто необычное на небе.

Танцевальный флешмоб. Участники скрываются в толпе, иногда в костюмах. Один из них включает музыку, под которую заранее подготовили танец. По несколько человек выходят из толпы и начинают танцевать. После окончания танца снова уходят в толпу.

Психологи благосклонно относятся к явлению флешмоба, поскольку оно (в определённой степени) благотворно влияет на психологическое состояние участников, помогает участникам лишиться скованности, боязни общественного мнения, вырабатывает умение самоорганизации, даёт возможность знакомиться с единомышленниками и приносит в жизнь разнообразие.

Ход основного действия:

Действие организуется на многолюдных площадях города и/или во время проведения общегородских праздников в зимнее время.

Необходимое количество участников:

- непосредственные «танцоры»: от 8 человек и более;
- «завлекающие танцоры» – 3-4 человека.

Участники заранее разделены (частично на мини-группы, частично – по одному). Взрослые добровольцы – наставники играют роль деловых и очень занятых прохожих (кто-то разговаривает по телефону, кто-то просто идёт мимо).

На площади начинает играть музыка (тематика русской зимы).

Разученные движения начинает производит первый «случайный» танцор (взрослый, солидно одетый мужчина)

Постепенно к движениям присоединяются остальные участники.

«Завлекающие танцоры» весело, но не навязчиво привлекают к движениям прохожих.

В середине мелодии должна выстроится массовая композиция из танцующих участников, которые по определённом сигналу производят финальный жест (н-р: стреляют хлопушками, либо надевают заранее спрятанные яркие колпаки, либо достают буквы, составляющие надпись: «Мы любим наш тёплый город»).