

**ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА ИЗ ГРУППОВОЙ
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
ПРОГРАММЫ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
АСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ «ЖИТЬ БЕЗ РИСКА» НА ТЕМУ:
«ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ»**

Болдырева О.Е.

педагог-психолог,

Полосина Ю.А.

педагог-психолог,

Государственное (областное) бюджетное учреждение
Центр развития семейных форм устройства, социализации детей,
оставшихся без попечения родителей, и профилактики
социального сиротства «Семья», Россия, г. Липецк

Занятие № 1. Тема: «Давайте познакомимся».

Цель занятия: знакомство с группой, информирование группы по вопросам организации занятий, диагностика личностных особенностей и эмоционального состояния, мотивация к работе по программе, создание климата психологической безопасности.

Время: 1 час 25 минут.

Материал: лист с основными правилами работы, ручки, бейджики, планшеты.

Ход занятия

1. Упражнение «Приветствие».

Цель: знакомство ведущих с подростками, информирование группы по вопросам организации занятий.

Время: 10 минут.

Техника проведения: педагоги-психологи представляются и объясняют основные задачи и цели программы, рассказывают о форме проведения занятий.

Инструкция: «Здравствуйте, ребята! Мы педагоги-психологи Центра «Семья». Нас зовут Ольга Евгеньевна и Юлия Алексеевна. На сегодняшнем занятии нам предстоит многое сделать: познакомиться, обсудить основные правила работы в группе, провести диагностику личностных особенностей и эмоционального состояния, принять участие в различных упражнениях».

Анализ: Все ли вам понятно? У кого есть вопросы?

2. Упражнение «Знакомство».

Цель: знакомство участников друг с другом, создание положительной мотивации к занятию.

Время: 10 минут.

Материал: бейджики по количеству участников группы, цветные карандаши, листы бумаги.

Техника проведения: участникам предлагаются бейджики, на которых нужно написать свое имя.

Инструкция: «Предлагаем каждому из вас взять по бейджику и написать на нем, как бы вы хотели, чтобы вас называли в этой группе. А теперь предлагаем каждому назвать себя, представиться и сказать о себе несколько слов: «Кто я? Какой я?»».

Анализ:

Было ли трудно представляться? В чем именно были затруднения?

3. Упражнение «Правила нашей группы».

Цель: создание комфортной, безопасной обстановки, способствующей самораскрытию, доверию.

Время: 10 минут.

Техника проведения: педагоги-психологи предлагают обсудить правила работы в группе, внести свои дополнения и изменения.

Материал: лист с основными правилами работы, ручка.

Техника проведения: ведущие раздают бланки с правилами группы. Участникам предлагается познакомиться с ними и добавить что-то новое.

Предложения ребят ведущие записывают на плакате с основными правилами работы группы.

Инструкция: «Перед вами лист бумаги, на котором написаны основные правила работы, которым нужно будет следовать на протяжении всех занятий.

Подумайте, что можно еще внести или что-то изменить.

Спасибо. Правила принимаются».

Основные правила работы в группе.

1. Называть друг друга по имени, обозначенном на «визитке».
2. Говорящего не перебивать.
3. Говорить от своего имени («я считаю...», «я думаю...»).
4. Быть открытым в общении.
5. Не оскорблять, не унижать.
6. Активно участвовать в происходящем.
7. Право на «НЕТ».
8. Выключение мобильных телефонов.
9. Правило «Пунктуальность».
10. Не обсуждать происходящее здесь за пределами группы.

Анализ: Хотите, что-то добавить? Все согласны с правилами нашей группы? Свое согласие подтвердите громкими аплодисментами.

4. Упражнение: «Тест С. Деллингера».

Цель: диагностика типов личности.

Время: 15 минут.

Техника проведения: подросткам предлагается бланк с заданием. Затем для знакомства с результатами им предлагаются индивидуальные брошюры с результатами тестов.

Инструкция: «Посмотрите на пять фигур, изображенных на рисунке. Выберите из них ту фигуру, в отношении которой Вы можете сказать: «Это я!». Поставьте рядом с ней цифру 1. Теперь, проранжируйте оставшиеся четыре фигуры в порядке вашего предпочтения. Последней пятой фигурой будет та, что вам совсем не нравится».

Анализ: Сложно ли было выбрать фигуру?

Итак, самый трудный этап работы закончен. Какую бы фигуру Вы ни поместили на первое место, это – Вы. Она дает возможность определить Ваши главные, доминирующие черты характера и особенности поведения. Последняя фигура указывает на человека, взаимодействие с которым будет представлять для Вас наибольшие трудности. Однако может оказаться, что ни одна фигура Вам полностью не подходит. Тогда вас можно описать комбинацией из двух или даже трех форм. В тесте выделены сферы профессий, которые предпочтительны для геометрических выборов.

5. Упражнение «10 комнат».

Цель: осознание участниками собственной модели поведения при проявлении различных эмоций.

Время: 20 минут.

Материалы: листы бумаги, планшеты, цветные карандаши, фломастеры.

Техника проведения: участникам предлагает выполнить задание по инструкции, разделив лист на 10 частей, каждую часть подписывают одним из перечисленных чувств и рисуют в ней соответствующие символы. Далее следует обсуждение упражнения.

Инструкция: «Представьте, что вы живете в доме, в котором есть 10 комнат. Нарисуйте свой дом. А теперь выберите комнату, где живет РАДОСТЬ. Нарисует символ к этой комнате. Символ у каждого свой.

Далее участники рисуют комнаты и символы к ним: печаль, страх, плач, злость, агрессия, одиночество, надежда.

У вас осталось 2 комнаты. Какие это будут комнаты, решать и называть вам.

Анализ: А теперь по очереди ответьте на вопросы: «В каких комнатах вам нравится находиться, в каких нет? Как часто Вы там бываете, что делаете? В какой из комнат черпаете силы, а в какой, наоборот, теряете?».

Названия двух комнат, которые участники придумали сами, говорят об их ценностях на данный момент и актуальных потребностях.

6. Упражнение: «Домашнее задание» (авторское).

Цель: способствовать самоанализу участников, развивать дальнейшее самораскрытие, самопознание, прояснение Я-концепции.

Время: 15 минут.

Материалы: рабочая тетрадь, ручки, цветные карандаши.

Техника проведения: участникам предлагается на титульном листе рабочей тетради нарисовать образ, символ, предмет, который говорит об их характере. Далее подросткам необходимо записать в тетради вопросы, которые они должны задать родителям, близкому другу и еще одному человеку, которого они выберут сами: «Кто Я? Какой Я?». Дома ответы необходимо записать в рабочую тетрадь.

Инструкция: «Сейчас вам необходимо на титульном листе рабочей тетради нарисовать образ, символ, предмет, который говорит о вашем характере. А теперь запишите вопросы, которые вам надо задать родителям, близкому другу и еще одному человеку, которого выберете сами: «Кто Я? Какой Я?». Дома ответы запишите в рабочую тетрадь.

Анализ: Получилось ли оформить титульный лист? Все ли вам понятно по домашнему заданию?

7. Ритуал окончания занятия. Упражнение «На сегодня все!».

Цель: получение обратной связи от подростков, завершение занятия.

Время: 5 минут.

Техника проведения: подростки придумывают фразу, характеризующую занятие, и высказывают пожелания на следующее занятие.

Инструкция: «Предлагаем вам несколько секунд помолчать и прокрутить в голове наше занятие от начала до конца. Придумайте фразу, которая характеризовала бы наше занятие. Выскажите свое отношение к сегодняшнему занятию.

Давай поблагодарим друг друга за приятное общение аплодисментами».

Список литературы

1. Болдырева О.Е., Бугакова Т.М. Из опыта тренинговой работы по профилактике асоциальных форм поведения несовершеннолетних на примере авторской программы «Мой выбор» // Современное образование: традиции и инновации вып. №3. Санкт-Петербург: Издательство: ООО «НИЦ АРТ», 2015.

2. Драганова О.А. Научно-методические аспекты психолого-педагогического сопровождения профилактической работы с несовершеннолетними [Текст]// Психолого-педагогические и социально-юридические аспекты сопровождения несовершеннолетних: сборник материалов Межрегиональной научно-практической конференции: г.Липецк 18 мая 2017 г. / под ред. Л.А. Черных, О.А. Драгановой, Д.С. Киселёва. – Липецк: ГАУДПО ЛО «ИРО», 2017. – 197 с.

3. Змановская Е.В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения) / Е.В. Змановская. - М.: Академия, 2003. – 100 с.

4. Рождественская Н.А. Девиантное поведение и основы его профилактики у подростков: учеб.пособие. – М.: Генезис, 2015. – 216 с.

5. Фельдштейн Д.И. Глубинные изменения детства и актуализация психолого-педагогических проблем развития образования. — СПб.: СПбГУП, 2011 — 36 с. — (Избранные лекции Университета; Вып. 119).