

ОГБУ «Управление социальной защиты и социального обслуживания населения по  
Ольхонскому району  
отделение сопровождения замещающих семей

Программа  
по профилактике самовольных  
уходов несовершеннолетних  
из замещающих семей

## **Пояснительная записка**

Количество детей и подростков, совершающие самовольные уходы из дома, детских учреждений и ведущих бродячий образ жизни, ежегодно увеличивается. Дети бегут из дома, интернатов, бегут от того, что имеют, к тому, чего им не хватает. Случаи самовольных уходов несовершеннолетних встречаются все чаще, возраст «бегунков» молодеет. Что же делать с такими детьми, как их удерживать? Мы часто забываем, что самовольный уход может выступать как защитная реакция организма ребёнка, так называемый «уход от проблем». Детские проблемы на фоне проблем взрослых часто выглядят смешными, надуманными, не стоящими внимания, но ребенок так не думает. Для него очень многие ситуации могут казаться безвыходными. Несовершеннолетние с нарушением социальных норм поведения особенно нуждаются в индивидуальном подходе со стороны психологов, педагогов и других специалистов. Это не плохие и безнадежно испорченные, а, наоборот, требующие особого внимания дети. Они имеют ряд личностно-психологических факторов, которые деструктивно влияют на их личностное развитие и социализацию в целом.

### **Цель программы:**

Оказание своевременной психолого-педагогической помощи несовершеннолетним, склонным к асоциальному поведению, профилактика самовольных уходов несовершеннолетних.

### **Задачи программы:**

1. Предупреждение самовольных уходов.
2. Формирование у детей способности к адекватной самооценке и критической оценке действительности, в которую они попадают.
3. Формирование навыков адекватного поведения в различных жизненных ситуациях.

### **Методика и технология реализации:**

Данная программа направлена на работу со всеми несовершеннолетними, склонными к бродяжничеству, предполагает как первичную профилактику, так и работу с детьми девиантного поведения. Для эффективного проведения профилактической работы программа разделена на 2 блока:

1 блок - Предупредительно-профилактическая работа с детьми (включает первичную профилактику: просвещение детей о рискованном поведении, преодоление различных личностных дефицитов - развитие уверенного поведения, навыков конструктивного взаимодействия в сложных жизненных ситуациях).

2 блок - Индивидуальная работа с несовершеннолетними совершившими самовольный уход из дома (проводится работа по оказанию помощи и предупреждению повторения самовольного ухода в будущем).

**Целевая группа:** несовершеннолетние в возрасте от 11 до 18 лет.

**Форма проведения:** групповая, индивидуальная.

### **Этапы реализации программы**

**1. Первый этап** - диагностическая работа (включает диагностические методики: тест акцентуации характера, опросник Басса-Дарки «Диагностика уровня агрессивности», определение склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н.Орел).

**2. Второй этап** - формирующий (проведение занятий).

**3. Третий этап** – завершающий (результативность программы отслеживается с применением методов первоначальной диагностики: опросник Басса-Дарки «Диагностика уровня агрессивности», «Шкала личностной тревожности», тест акцентуации характера, методы педагогического наблюдения).

### **Ожидаемые результаты:**

1. сокращение числа самовольных уходов несовершеннолетних;
2. расширение форм конструктивного общения;
3. разрешение личностных проблем несовершеннолетних - снижение уровня агрессивности, тревожности, повышение самооценки;
4. формирование позитивного отношения к жизни и конструктивных моделей поведения.

**План работы по профилактике предупреждению и предотвращению самовольных уходов среди несовершеннолетних состоящих на сопровождении в отделении помощи семье и детям и отделении сопровождения замещающих семей ОГБУ «УСЗСОН по Ольхонскому району» на 2024-2026гг.**

№	Мероприятия	Срок исполнения
1	Выявление подростков группы социального риска	В течение года
2	Изучение психолого-медико-педагогических особенностей и коррекция поведения несовершеннолетних, склонных к самовольным уходам: - диагностика личностных особенностей; - изучение эмоционально-волевых качеств;	При обращении
3	Создание банка данных о самовольных уходах несовершеннолетних из дома	По мере необходимости
4	Вовлечение несовершеннолетних, склонных к самовольным уходам в спортивные секции, кружки (в культурно-массовые мероприятия)	В течение года
5	Мониторинг работы по результатам диагностики	По реализации программы
<b>Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия с подростками</b>		
1	Занятие № 1. «Когнитивная репетиция»	
2	Занятие № 2. «Путь утрат»	
3	Занятие № 3. «Развитие ответственности у подростка»	
4	Занятие № 4. «Уход от проблемы»	
5	Занятие № 5. «Дерево чувств»	
6	Занятие № 6. «Решение проблемы»	
7	Занятие № 7. «Актуализация личностных ресурсов»	
8	Занятие № 8. «Осознанный выбор»	
9	Занятие № 9. «Подведение итогов»	
<b>Групповые занятия</b>		
1	Беседа «Побег в никуда ...»	Только с детьми, у которых выявлена склонность к самовольным уходам и совершившими самовольные уходы
2	Тренинг «Ты нужен ...»	
3	Беседа «Учусь быть взрослым»	
4	«Ты и улица» - беседа с приглашением ПДН	
5	Тренинг «Разумное решение проблем»	
6	Беседа «Я и мир вокруг меня»	
<b>Индивидуальные занятия</b>		
1	Беседа «Мотивы моего поведения»	Только с детьми, у которых выявлена склонность к самовольным уходам и совершившими самовольные уходы
2	Тренинг «Учимся говорить «Нет», когда это нужно»	
3	Беседа с элементами тренинга «Жизнь по собственному выбору»	
4	Беседа «Я становлюсь старше»	
5	Беседа «Соблюдение закона – главное правило»	
6	Тренинг «Просто поверь в себя»	
<b>Профилактическая работа с родителями</b>		
1	Профилактические беседы и консультации с родителями: - «Причины самовольных уходов. Классификация уходов»; -«Об эффективности и приемлемости наказаний и	В течение года

	поощрений ребёнка»; - «Виды обратной связи относительно деятельности, поведения, чувств, переживаний и эмоциональных состояний подростка»; - «Правила и ограничения»; - «Формирование моральных норм у подростка»; - «Детско-родительские отношения»; - «Опасность нахождения детей на улице»; - «Ответственность родителей за нахождение детей в вечернее и ночное время»; - «Что делать, если ребенок ушел из дома».	
2	Памятки и рекомендации родителям: - «Причины ухода ребёнка из дома»; - «Профилактика самовольных уходов»; - «Что делать родителям, если ребёнок потерялся»; - «Как уберечь ребенка от ухода из дома»; - «Профилактика правонарушений»;	В течение года
3	Индивидуальные беседы с родителями, у которых выявлены данные склонности;	Выдача психологического заключения. Рекомендации по поведению и воспитанию ребенка.

### Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия с подростком

**Цель:** коррекция поведения подростка, гармонизация эмоциональной сферы личности, повышение личностного статуса.

#### Задачи:

1. Развитие у подростка способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и самостоятельности.
2. Снижение тревожности, эмоционально-психического напряжения в различных ситуациях.
3. Расширение сферы самосознания и повышение уверенности в своих возможностях.
4. Повышение социально-психологической компетентности подростка и развитие способности эффективно взаимодействовать с окружающими.
5. Развитие способности к самоуправлению, формирование адекватных способов реагирования в ситуациях взаимодействия с родителями, сверстниками и взрослыми.
6. Развитие навыков рефлексии, приёма и подачи конструктивной обратной связи.

#### Занятие № 1.

##### «Когнитивная репетиция»

**Цель:** развитие навыков когнитивной переинтерпретации проблемы.

**Материалы:** бумага формата А4, ручка.

**Инструкция:** «Составь список своих проблем, затем выбери из них одну, наиболее актуальную, и переформулируй ее в соответствии со следующим алгоритмом:

- опиши желаемые изменения: «Я хочу достичь...»;
- назови удовлетворяемые потребности и извлекаемые выгоды: «Если проблема будет решена, я получу»;

- укажи внутренние причины, зависящие лично от тебя вместо внешних причин, не зависящих от тебя: «Мне не удастся сконцентрироваться, преодолеть страх ...»;
- постоянные проблемы представь как временные: «Пока мне не удастся.»;
- негативные утверждения преврати в позитивные: «Я сделаю»;
- назови различные способы достижения цели, зависящие лично от тебя;
- укажи собственные ресурсы, помогающие решить проблему: «Чтобы достичь этого, мне необходимо использовать»;
- укажи возможные трудности и препятствия на пути достижения цели;
- кажи способы преодоления каждой из трудностей;
- укажи последствия не решения проблемы: «Если проблема не будет решена, произойдет».

### **Подведение итогов занятия.**

### **Занятие № 2. «Путь утрат»**

**Цель:** дать возможность в безопасных условиях пережить опыт утрат.

**Материалы:** карточки из тонкой бумаги (обычной офисной или тетрадной), размером примерно 8x5 см, 8 карточек.

**Инструкция:** (Психолог раздает карточки). «Напиши на первых двух карточках самую любимую еду или лакомство - по одному на каждой карточке. Теперь на следующих двух карточках напиши по одному любимому занятию, увлечению, хобби. Теперь так же заполни следующие две карточки - напиши на каждой по одной важной жизненной цели или мечте (в случае затруднений психолог может подсказать: «Для кого-то это встреча любимого человека, для кого-то - рождение детей, для кого-то - любимая профессия, для других - достижение солидного материального положения и т. д.»).

На следующих двух карточках напиши имена самых любимых, самых значимых людей (если возникают трудности в выборе, можно на одной карточке написать «неразделимых» для подростка людей, например: «родители», «братья» и т. д., в остальных случаях на каждой карточке по одному человеку).

Теперь ты держишь в руках нечто очень ценное для тебя. Представь, что в твоей жизни что-то произошло, и в результате тебе приходится чем-то пожертвовать. Выбери карточку, на которой написано то, чем тебе легче всего пожертвовать. Скомкай бумажку и брось рядом со своим стулом...

Вскоре тебе снова приходится чем-то жертвовать. Снова выбери, чем ты теперь готов пожертвовать. Снова скомкай бумажку и брось рядом со стулом.

Проходит время, и жизнь снова требует жертв. Снова выбери, чем ты готов пожертвовать. Снова скомкай бумажку и брось рядом.

Кажется, ты оказался на тропе жертв. Придется снова чем-то пожертвовать. Выбери чем. Скомкай и брось рядом.

И снова жертвы. Выбирай. Комкай. Бросай. Это не все. Жертвы продолжают. Ты уже столько пожертвовал! Но придется продолжить.

Это уже не тропа жертв, а целая прорва, ты снова жертвуешь! Выбирай! Комкай! Бросай! Бросай!!!

(Голос психолога с каждой жертвой все напряженнее. За последней жертвой он сам, выхватывает бумажки из рук подростка, комкая их и бросая рядом, играя роль Рока.) Упражнение вызывает сильнейшие эмоции. Психолог делает небольшую паузу. Некоторые могут даже плакать. Некоторые гневно сопротивляются и не комкают последние бумажки, не дают выхватить их. Сильно настаивать не надо.

(После этого необходимо провести реабилитационную часть. Мягким, теплым голосом (по контрасту с тем, как он приказывал комкать и выбрасывать карточки) психолог говорит следующее.)

Сейчас аккуратно собери все свои карточки, расправь их. Ты никого и ничего не потерял. Представь перед собой записанное на карточках. Подумай, как хорошо, что все это есть у тебя. Как ты думаешь, где твои близкие находятся в настоящий момент, что делают? (Выход из упражнения в реальность)».

#### **Обсуждение.**

Расскажи, что ты пережил во время упражнения. Что бы ты хотел сказать близким после того, как пережил все это?

#### **Подведение итогов.**

Ты знал, что это только игра, упражнение. И все-таки даже сама мысль о возможной потере вызвала сильнейшие чувства, почти горе. Теперь давай представим, что переживает человек, который теряет все это в реальной жизни. И он сам выбрал этот путь. А что происходит с его родными? Ведь они тоже теряют, они переживают тот же путь утрат! Они вынуждены менять свои жизненные планы.

Это упражнение вызывает сильные переживания. Но это НЕ вредно. Главное - проделать реабилитационную часть. В результате участник переживает всплеск любви к близким. Многие позже рассказывают, что помирились (если была ссора) или сказали родным, что любят их. Участник переосмысливает ценность того, что у него есть, и осознаёт, как важно беречь эти жизненные ценности.

### **Занятие № 3. «Развитие ответственности у подростка»**

**Цель:** развитие ответственности у подростка.

**Материалы:** не требуются.

**Инструкция:** «Как ты думаешь, чем отличается ответственный человек от человека, который занимает позицию жертвы?»

(психолог выслушивает 3-4 ответа)

Главное отличие - ответственный человек думает о том, как разрешить трудную ситуацию, а человек-жертва всех обвиняет в своих бедах.

Сейчас мы выполним упражнение, в котором ты сможешь изнутри почувствовать эти две позиции»

Рассматриваются ситуации.

Для примера психолог рассказывает свою историю (может выбрать любую историю).

### **Позиция жертвы.**

«Уже через три дня у меня будет очередное занятие. Это какой-то кошмар! Время бежит, ему наплевать, что я не успеваю. Никто мне не хочет помочь. Нужно приготовить целую кучу материалов.

Хоть бы кто-нибудь помог! Никому до меня нет никакого дела. Все заняты только собой. Тут у меня в боку закололо. Эти врачи... Никого они не могут вылечить. А я тут надрываюсь. Вот теперь из-за них у меня что-нибудь не получится, а я буду виновата. Все-таки какие жестокие и бездушные люди!»

### **Позиция ответственного человека.**

«Уже через три дня у меня будет очередное занятие. Работы много, времени мало, так что надо как-то все распределить. Может ли мне кто-нибудь помочь? Пожалуй, нет. Работы у всех много. Хорошо, тогда я сделаю так: вечерами буду готовиться, потом проведу занятие, а потом позволю себе выходные дни. Отдохну на полную катушку. Конечно, это не очень серьезная проблема. Она приведена только для примера. Теперь вы можете начать».

### **Обсуждение.**

Поделись, как ты себя чувствовал в роли жертвы и в роли ответственного человека.

### **Подведение итогов.**

Когда мы чувствуем себя жертвой, многие ситуации кажутся нам безвыходными. Мы ждем, что кто-то решит нашу проблему, и обвиняем окружающих, которые не хотят делать это за нас. Мы переживаем различные неудобства, они копятся, а мы все ждем. Что ж, мы имеем право занять позицию жертвы, но тогда должны знать, что жертвы проживают несчастную жизнь, чувствуют себя слабыми и беспомощными.

Но вот в чем парадокс: если мы сами выбираем позицию жертвы, то это означает, что мы сами создали себе такую жизнь. Получается, что как бы мы ни избегали ответственности, она все равно ложится на нас. Это происходит потому, что на самом деле избежать ответственности невозможно. Мы только можем сделать вид, что ничего не решаем и ни за что не несем ответственность. Но как только мы принимаем решение жить именно так, мы сразу несем ответственность за это решение.

### **Занятие № 4. «Уход от проблемы»**

**Цель:** разделение личности и поведения, связанных с проблемой самовольного ухода.

**Материалы:** бумага А4, карандаши, ножницы, клей, старые журналы.

**Инструкция:** «Перечисли ситуации, которые ты воспринимаешь как катастрофу. Вспомни все обстоятельства, которых ты опасаясь. Запиши, какой урон ты предрекаешь в каждой из этих ситуаций».

### **Вопросы для обсуждения:**

- Какие исходы пугающего тебя события, или события, которое провоцирует твой самовольный уход, обычно бывают у других людей?
- Что они делали в подобных ситуациях?
- Какие исходы пугающего тебя события были у тебя самого в прошлом?
- Что ты делал в подобных предыдущих ситуациях?
- Что может заставить тебя уйти из дома?

- Действительно ли нет больше никакого выхода?

Теперь представь лучший возможный исход для каждой ситуации, которая заставляет тебя прибегать к уходу. Опираясь на свой прошлый опыт, реши, что более вероятно - наилучший исход или уход. Подумай о том, что даже в состоянии тревоги человек может действовать адекватно, и что из любой, даже самой неприятной ситуации, может быть найден выход.

- Что значит твой уход? Что ты этим хочешь сказать?

- Какие собственные конструктивные действия ты сможешь противопоставить возможному негативному событию?

- Какими позитивными способами ты, сможешь добиться желаемого результата?

Сделай коллаж на тему: «Если не уход, то какой выход я вижу».

Обсуждение коллажа.

### **Занятие № 5. «Дерево чувств»**

**Цель:** обучение дифференциации своего эмоционального состояния.

**Материалы:** наборы цветного пластилина для каждого участника, влажные салфетки, листы плотной бумаги или картон для основы под пластилин.

**Инструкция:** «Вспомни какое-нибудь событие или ситуацию из жизни, которые до сих пор вызывают у тебя сильные негативные эмоции и чувства. Представь эту «картинку» и постарайся понять, какие именно чувства ты переживаешь.

Возьми пластилин и начни лепить дерево. Вылепи ствол - это ты сам. Потом вылепите ветви - это различные события твоей жизни. Их, конечно, много. Затем обозначь ту ветвь, которая вызвала у тебя сильные негативные эмоции.

Начни лепить плоды - это твои эмоции в данной ситуации. Для каждого отдельного чувства и эмоции определи свой цвет и свою форму. Вылепи сочетание чувств, которое ты испытываешь. Помести эти эмоции на ту ветвь, которую ты обозначил особо.

Внизу ствола вылепи корни, которые питают именно ту ветвь, с которой ты работаешь. Корни - это причины событий, которые вызвали твои эмоции (их обозначь одним цветом), и это твое отношение к ним, твои мысли про эти события. Сформулируй их и для каждой мысли, вылепи корень. Если при этом твои чувства как-то изменятся, помести новый плод на соответствующую ветку.

Теперь вспомни какое-то хорошее событие. И поступи с ним так же, как и с неприятным. Вылепи разноцветные плоды и корни».

#### **Обсуждение.**

- Поделись переживаниями, которые ты испытывал во время выполнения упражнения?

- Что полезного именно для тебя было в этом упражнении?

#### **Подведение итогов.**

Для того чтобы разобраться в какой-то ситуации, избавиться от негативных эмоций, можно использовать это упражнение.

## **Занятие № 6. «Решение проблемы»**

**Цель:** развитие навыков работы с проблемой, поиска решения.

**Материалы:** бумага формата А4, ручка.

**Инструкция:** «Пользуясь алгоритмом решения проблемы, реши самостоятельно актуальную для тебя проблему, вызывающую негативные эмоции:

Алгоритм:

1. Выявление целей: «Что ты хочешь получить в результате решения проблемы?». Цель сформулируй конкретно и позитивно.
2. Выявление интересов (потребностей): «В чем заключаются твои главные интересы, потребности? Чего бы ты добился, если бы твоя проблема решилась? Что тебе это даст? Какие выгоды ты получишь? Что может случиться, если проблема не будет решена?».
3. Выявление нескольких возможных вариантов решения проблемы: «Какие варианты решения ты предлагаешь? Какие, как ты думаешь, предложит твой родитель (родители). Насколько каждое решение удовлетворяет твои интересы? Каковы будут последствия каждого решения? Какие могут быть трудности и препятствия на пути к достижению цели? Как ты их будешь преодолевать?».
4. Выявление способов достижения целей, которые зависят от тебя: «Что ты сам можешь сделать для достижения этой цели?». Действия, которые ты предпримешь, формулируются конкретно и позитивно.
5. Заключи с собой письменный договор, описывающий твои действия (наблюдаемые, проверяемые, позитивно сформулированные) и сроки их реализации.

## **Занятие № 7. «Актуализация личностных ресурсов»**

### **1. Упражнение «Я - книга»**

**Цель:** «инвентаризация» жизненного опыта, актуализация личностных ресурсов **Материалы:** не требуются.

**Инструкция:** «Представь, что Ты - книга. Подумай 5-10 минут и ответь на следующие вопросы.

- Какое заглавие могло бы отразить то, что написано в тебе?
- Что было бы нарисовано на обложке?
- Как называются некоторые главы?
- Какие главы ты хотел бы выкинуть?
- С какими главами ты хотел бы познакомить читателей?»

**Обсуждение.** Что ты смог понять для себя при выполнении этого упражнения?

### **2. Упражнение: «Я - предмет»**

**Цель:** помочь подростку проявить неосознаваемые желания, актуализировать личностные ресурсы.

**Материалы:** не требуются.

**Инструкция:** «Представь, что ты - некий предмет, вещь, какое-то явление природы. Лучше всего остановиться на том, что первое пришло в голову. Подумай 5-10 минут и ответь на следующие вопросы, можешь коротко записать то, что хочешь сказать.

- Какова история твоей жизни? Где ты находишься?
  - Что происходит вокруг тебя, и как ты к этому относишься?
- У кого-то может получиться грустный рассказ, у кого-то веселый. Пусть в рассказе будет только то, что сразу пришло в голову».

После выполнения задания психолог предлагает рассказать о себе от имени предмета или явления природы. Например: «Я - ветер. Я путешествую по всей земле... и т.д.».

**Обсуждение.** Что ты смог понять для себя при выполнении этого упражнения.

Нужно тщательно следить, чтобы подросток говорил не о предмете, а от имени предмета. Например, «Я - облако. Я плыву высоко над землей и смотрю, как там красиво. Если я вижу, что кому-то очень жарко, я делаю ему тень. Если я вижу, что цветы завяли, я поливаю их легким дождиком. Мне нравится свободно летать над землей и делать добро».

## **Занятие № 8. «Осознанный выбор»**

### **Упражнение «Развилка»**

**Цель:** получение опыта переживания выбора жизненного пути.

**Материалы:** лист А3, наборы цветных фломастеров, доска или лист ватмана, на них психолог напишет вопросы.

**Инструкция:** «Путник шел по дороге, которая называется «Жизнь». Дорога привела его к перекрестку. Путник остановился, осмотрелся и задумался: по какому пути идти дальше? Представь себя на месте этого путника. О чем ты думаешь, что ты чувствуешь? Перед тобой чистый лист бумаги. Возьми фломастеры и изобрази на листе:

- свою прошлую историю;
- свое положение в настоящий момент;
- несколько вариантов (не менее трех) своей будущей жизни.

Подумай:

- куда ты хочешь пойти?
- с чем встретишься на своем пути?
- чем отличается прошлый путь от будущего и что общего между ними?
- чем отличается каждый вариант твоего будущего пути?
- что нужно сделать, чтобы попасть на каждый из них?
- какой путь ты предпочитаешь?
- что нужно сделать, чтобы не вступить на какой-то путь?
- по каким признакам ты узнаешь, что ты на каком-то из трех путей (опиши признаки каждого пути)?»

**Обсуждение.** Расскажи о том, что получилось? Что для тебя было важным, значимым в этом упражнении?

### **Подведение итогов.**

Сейчас, когда ты рисовал перекресток, тебе пришлось задумываться, выбирать, оценивать. И в жизни мы часто стоим перед такими развилками. К сожалению, многие люди выбирают направление движения стихийно, не задумываясь о последствиях. А вот у тебя теперь есть хороший способ, с помощью которого ты всегда сможешь остановиться, осознать, где ты находишься и перед какой развилкой стоишь. А главное, ты сможешь выбрать то, что тебе действительно необходимо. Это и есть свобода!

Слово «свобода» произошло от двух слов: «сво» и «бода». Это значит: «своя бода» или «свой путь». Когда мы идем по нему вслепую, это - тоже наш выбор. Ведь что такое «Я не хочу ничего выбирать! Пусть все будет как будет»? Это - решение, т. е. выбор. Это значит, мы выбрали путь вслепую. Так что это выбранная нами бода. И нести ответственность за этот выбор придется нам. Но если не нравится бродить по жизни с завязанными глазами, то всегда можно взять лист бумаги, карандаши или фломастеры...

### **Занятие № 9. «Подведение итогов»**

**Цель:** закрепление полученного опыта.

**Материалы:** бумага формата А4, ручка.

**Инструкция:** «На первом занятии ты писал письмо родителю, рассматривая причину самовольного ухода в неправильном поведении родителей, их отношении к тебе. На протяжении наших занятий ты пытался увидеть проблему с разных сторон, ты познакомился с позицией ответственного человека, научился различать объективную сторону проблемы и эмоции, пути принятия решения.

Сегодня тебе нужно, вспомнив все это снова, написать письмо теперь уже самому себе, используя следующий алгоритм.

Компоненты текста (последовательно):

1. Приветствие (уважаемый, любимый, дорогой...имя адресата).
2. Благодарность. Включает обращение (я благодарю тебя., я признателен тебе., я ценю тебя за то, что ты.) и описание чувств и действий, за которые субъект благодарен адресату. Формулировки должны быть позитивными (не используется частица «не»). Благодарность должна быть только искренней.
3. Просьба о прощении. Назови свои собственные отрицательные действия по отношению к себе, близким, за которые ты хочешь быть прощен.
4. Пожелание. Пожелай адресату каких-либо успехов, достижения целей. Лучше всего желать то, что действительно способствует развитию. Формулировки должны быть позитивными. Например, «Желаю тебе профессионального роста, счастливой семейной жизни...и т.п.».

## Консультации для родителей

### Консультация № 1. «Причины самовольных уходов. Классификация уходов»

В большинстве случаев самовольный уход - это реакция подростка на какие-то неблагоприятные обстоятельства его жизни. Стремление подростков уйти из дома или учреждения, в знак протеста, наиболее часто проявляется в ситуации, когда с подростком происходят конфликты, они тянутся к уличному общению, когда им тоскливо, неуютно, когда чувствуют неприязнь или равнодушие взрослых. В большинстве случаев уход из дома или учреждения - это очень сильная эмоциональная реакция на ситуацию, из которой подростки не видят иного выхода. Дискомфорт в отношениях с родителями или воспитателями воспринимается очень остро.

Если такое событие произошло, то к этому тревожному сигналу надо отнестись со всей серьезностью. Предоставленный сам себе, подросток легко подпадает под опасное влияние и нередко втягивается в преступные и аморальные действия. Проживая без надзора, подростки привыкают лгать, бездельничать, попрошайничать, воровать.

Обстоятельную классификацию побегов подростков разработал американский психиатр Г. Штутте. Он выделяет следующие типы:

1. Побег, как следствие недостаточного надзора, поиск развлечения и удовольствия.
2. Побег, как реакция протеста на чрезмерные требования или на недостаточное внимание со стороны близких.
3. Побег, как реакция тревоги и страха наказания у робких и забитых.
4. «Специфически-пубертатный побег» вследствие возрастного фантазерства и мечтательности.

Весьма удачной представляется также зарубежная классификация, в которой типы беглецов представлены в зависимости от уровня конфликта между родителями и детьми. Согласно данной типологии выделяются основные группы детей-беглецов:

1. Беглецы-исследователи - это молодые люди, желающие путешествовать, родители которых никогда не давали им и шагу сделать самостоятельно. Беглецы - исследователи ищут приключения, чтобы утвердить свою независимость. Обычно возникают конфликты с родителями по главным, с их точки зрения, вопросам: свидание с молодым человеком, требования рано приходить домой или запрет на участие в каком-либо важном для них событии.
2. Беглецы-шантажисты имеют более серьезные и длительные конфликты с родителями по поводу домашних дел, выбора друзей и т.п. Они уходят, чтобы заставить родителей принять их условия. В семьях беглецов от проблем, как правило, бывают тяжелые конфликты и напряженность, частые скандалы, битье посуды и побои, присутствует угроза разрушения семьи.
3. Беглецы от опасности уходят, чтобы избавиться от постоянного физического и (или) сексуального насилия со стороны родителей или опекунов, нередко совершающих такие действия в пьяном виде. Нередко к уходу их подталкивают и частые угрозы. Такие подростки часто еще более осложняют себе жизнь употреблением наркотиков и алкоголя.

Исследователи выделяют ряд специфических причин самовольных уходов из семьи:

1. Психологический дискомфорт от невнимания, равнодушия взрослых заставляет подростка искать развлечений вне родного дома.
2. Детская ревность, если в семье появился ещё один ребёнок, всё внимание переключено на новорожденного. Как только он почувствует, что ущемляются его права, появится ревность.
3. Пренебрежение мнением ребёнка, неуважение его интересов. Взрослый наглядно показывает, что мнение подростка абсолютно не интересует, что ничего заслуживающего внимания он сказать не может. Это демонстрация неуважения.
4. Невыполнение родителями своих обещаний. Взрослые не сдерживают своего слова.
5. Размолвки родителей могут вызвать у подростка неуверенность в завтрашнем дне, и может поселиться надолго в его душе, делая его истеричным.
6. Отсутствие контроля за поведением, содержанием и воспитанием. Ощущается ребенком как невнимание к нему. Чаще всего объясняется занятостью родителей.

### **Причины самовольного ухода подростков:**

- **Любопытство**, стремление познать и испытать как можно больше.

Профилактические меры:

Организируйте свободное время подростка, в котором ему представится возможность удовлетворять свое любопытство через исследование себя, разных сторон жизни, мира, природы и т. д.

- **Переживание «ДРАЙВА»**

Дети любят рисковать. Они теоретически знают, что многие люди погибают, но и сама смерть представляется им чем-то фантомным, то есть тем, что может происходить «с кем-то, но не со мной». Они весьма отстраненно воспринимают аргументы о том, что «когда-то в будущем» они могут жестоко поплатиться своим здоровьем.

Профилактические меры:

Стимулируйте ребёнка участвовать в соревнованиях, походах, играх и т.д., где ему предоставляется возможность переживать радостное напряжение разумного риска (так называемого «драйва»), преодоления собственного страха. Переживание подобного полезного «драйва» легко найти в спорте. Кроме того, в спорте можно разрядить социально приемлемым способом накопившееся напряжение.

### **-Скука**

Скука - это тяжелое эмоциональное состояние. Чаще всего скука это следствие какой-либо из описанных ниже причин:

1. Отсутствие смысла жизни в результате:

-полученных в детстве психических травм, в том числе от пережитых трагедий, насилия, жестокого обращения;

-тяжелых разочарований (например, предательство близких людей);

-чрезмерного баловства, когда подросток просто не успевает чего-то по-настоящему захотеть - у него всегда всего слишком много;

-чрезмерной критичности взрослых.

2. Хроническое неудовлетворение важных, базовых потребностей: в уважении, любви, принятии значимых людей.

3. Жизнь «пока»: все, что должно произойти в жизни важное, значительное, интересное, будет когда-то в будущем, причем сроки не определены и кажутся очень далекими, а пока

нужно просто ждать, когда это произойдет, ожидание всегда томительно и скучно.

4. Незрелость творческих способностей - творческий человек всегда наполнен идеями, поэтому и свое свободное время он заполняет с интересом и вдохновением. Когда человек не привык мыслить творчески, ему трудно структурировать свое время так, чтобы в обычных обстоятельствах найти что-то интересное для себя.

Профилактические меры:

Создайте условия, при которых подросток, имея все необходимое, все-таки должен добиваться осуществления некоторых желаний, совершать какую-то работу для получения вознаграждения. Научите его ставить большие и маленькие цели, определять задачи, которые нужно решить для их достижения, а эти задачи разделять на небольшие легко осуществимые шаги. Создайте ситуацию успеха. Развивайте лидерские качества, уверенность в себе и творческие способности у подростка.

#### **- Принадлежность к социальной группе**

Чем менее уверен в себе подросток, чем хуже он относится сам к себе, тем более значима для него симпатия сверстников, и тем менее он способен мыслить и действовать вопреки их мнению и подчиняется требованиям неформального лидера группы.

Профилактические меры:

Развивайте в ребёнке уверенность, положительное отношение к себе, принятие своих качеств, особенностей, отличительных черт. Развивайте в ребёнке умение общаться, а также и физическую силу.

#### **Стремление уйти от осознания несправедливости мира, разочарований (в том числе в любви), переживание тяжелой утраты (смерти любимых людей)**

Подростку свойственен максимализм. Он может быть циничным, демонстрируя презрение к чужим бедам, либо замыкается в себе: не видеть, не слышать, не думать, часто ищет способ перестать чувствовать противоречия в душе.

Профилактические меры:

Научите подростка видеть неоднозначность жизни и социальных явлений (в любом негативном явлении содержится позитивное зерно), а в любом позитивном явлении есть предпосылка к негативу. Поддержите подростка при переживании им горя, разочарования в любви. Оставьте дома, на видном месте информацию о работе телефонов доверия и кабинетов психолога. Объясните ему: для чего люди ходят к психологу? Какие проблемы называют психологическими?

#### **- Замкнутый круг**

Непонимание причин изменений, происходящих с детьми, приводит к нашему стремлению сохранить жесткий контроль и власть над ними или «повернуть назад их развитие».

В психолого-педагогической литературе выделяются комплекс причин самовольных уходов детей, среди которых наиболее частыми являются стремление подростков избавиться от опеки и контроля родных или воспитателей, от наскучивших обязанностей и понуждений и отдаться "свободной", "веселой", "лёгкой" жизни, на втором месте жестокое отношение к детям. Отмечают также стремление части подростков привлечь к себе внимание окружающих.

Главная причина побегов всегда кроется в неудовлетворенности подростка своим местонахождением, невозможности жить в нормальных условиях, отсутствии контакта с родителями, недостатке их любви и заботы, стремлении к нахождению в типичной субкультуре. Как восполнение данных проблем у него появляется стремление заглушить

переживаемые чувства, забыться в какой-либо интересной деятельности, особенно связанной с риском, приключениями. Всем этим требованиям и отвечает побег, где переживания детей носят яркий, экстремальный характер.

## **Консультация № 2. «Об эффективности и приемлемости наказаний и поощрений ребёнка»**

Процесс дисциплины - весьма сложное явление, но мы можем воспользоваться целым рядом дисциплинарных подходов, методов и приемов. Один из наиболее действенных способов помочь ребенку справиться с негативным поведением - это стимулирование положительного поведения. Ни один подросток не ведет себя плохо постоянно. Заметить подростка, когда он ведет себя хорошо, не менее важно, чем определить поведенческие проблемы.

### **Приемы, стимулирующие положительное поведение подростка:**

- **Похвала:** устная (когда мы говорим подростку, что мы им довольны), невербальная (улыбка, подмигивание, кивок), физическая (объятия, поцелуи, похлопывания, рукопожатия), передача положительных чувств (когда мы говорим детям, как они поднимают нам настроение, как они нам дороги, как мы их любим).
- **Вознаграждение:** материальное (не должно быть слишком частым), привилегии (больше поспать утром, если установлен строгий режим дня, больше времени на игру в компьютер и т.д.).
- **Игнорирование** (используем, когда поведение подростка направлено на привлечение внимания родителя в форме негативного самопредъявления. Игнорирование неуместно, когда поведение может нанести вред ребенку или окружающим, привести к уничтожению имущества, когда мотив поведения - не борьба подростка за внимание).

### **Приемы реагирования на нежелательное поведение подростка:**

- Установление правил. Правила предполагают большую работу со стороны семьи в их разработке, установлении и постоянном применении.
- Изменение окружающей обстановки. Если подросток склонен к употреблению спиртных напитков, вы сделаете все возможное, чтобы ваш бар стал недоступным местом для него, и это тоже будет изменением окружающей обстановки подростка с целью предотвращения проблем трудного поведения подростка или способом реагирования на проблему.
- Логические последствия (разумные наказания). Если подросток оставил велосипед на улице, то на следующий день родитель запрещает кататься на велосипеде. Если подросток уничтожил чью-то собственность, он должен возместить ущерб (уменьшение карманных денег, трудоустройство на каникулах и т.д.). Логические последствия должны быть напрямую связаны с определенным поведением. Вы не можете запретить ребенку смотреть телевизор, если он оставил велосипед на улице. Вы не можете запретить кататься на велосипеде, если подросток уничтожил чье-то имущество. Этот прием помогает детям понять и запомнить связь между их поведением и его результатом.

### **Правила эффективного взаимодействия взрослого и подростка:**

#### **1. Позитивный настрой.**

Любое взаимодействие следует начинать с себя, особенно если оно связано со стремлением изменить другого человека. Спросите себя, чего вы хотите достичь —

наказать, отреагировать свой гнев, выразить свое отношение или создать условия для изменения поведения подростка?

## **2. Доверительное взаимодействие.**

Необходимо потратить немало времени и сил на установление доверительного контакта с ребенком. Доверие к миру, ситуации, другому человеку — это базовая потребность подростка. Поэтому достижение доверия — первоочередная задача. Ее решение обеспечивается признанием безусловной ценности и уникальности другого человека, демонстрацией принятия его, заботой о реализации его потребностей.

## **3. Выявление причин.**

Нужно найти причины отклоняющегося поведения. Типичные причины нарушения поведения могут быть следующими.

- Стремление привлечь к себе внимание. Известны случаи, когда подросток с хорошими способностями просто «увязает в двойках», чтобы добиться совместного с родителями выполнения домашних заданий.
- Стремление к самоутверждению. Многие действия подростков, производящие неблагоприятное впечатление, продиктованы стремлением найти ценности, служению которым они могли бы посвятить себя.
- Стремление отомстить родителям или другим взрослым за пережитые обиды, боль, унижение.

## **4. Последовательность во взаимоотношениях.**

Вряд ли удастся достичь желаемого результата, если вы будете менять свою позицию или ваши слова и заявления не будут соответствовать вашим действиям. Конечно же, последовательность не означает, что вы должны упорно «стоять на своем» даже в том случае, когда ваша точка зрения изменилась. Вы только выиграете в углублении отношений, если признаетесь, что первоначальное мнение было ошибочным.

## **5. Постановка позитивной цели, учитывающей интересы, права и возможности подростка.**

Формулировка цели будет позитивной в том случае, когда она содержит указание на позитивный результат («вести здоровый образ жизни» вместо «бросить курить»; «добиться положительной успеваемости» вместо «не получать двойки»).

## **6. Опора на положительные качества и ресурсы, восстановление позитивного самоощущения.**

Важно вместе с подростком выявить его достоинства (а они всегда, безусловно, есть!) и ресурсы для позитивных изменений. Для этого можно использовать позитивную обратную связь, искреннее поощрение привлекательных поступков, чувств, мыслей и намерений подростка. Нужно помочь ему сфокусироваться на своих положительных качествах, чувствах, мыслях, найти положительный смысл (например, упрямство может свидетельствовать об упорстве; драка — о стремлении отстаивать справедливость; курение — о желании быть взрослым).

## **7. Поощрение положительных изменений.**

Традиционно в нашей культуре принято вознаграждать за «высокие успехи» с точки зрения общего, а не индивидуального эталона. Мало кому придет в голову радоваться в связи с получением тройки по русскому языку, но если твердая тройка получена после бесконечных двоек? Тогда надо праздновать!

## **8. Работа по изменению поведения должна обязательно сопровождаться выработкой и закреплением привлекательной альтернативы.**

Важно, чтобы подросток не просто осознал негативность девиантных поступков, но и выработал формы альтернативного поведения. В некоторых случаях возникший «позитив», с точки зрения подростка, и позволяет достичь значимых целей.

Очень важным для детей-сирот является оказание ребенку помощи в реализации его основных потребностей: в любви, в безопасности, во внимании, в самоутверждении.

### **Консультация № 3.**

#### **«Виды обратной связи относительно деятельности, поведения, чувств, переживаний и эмоциональных состояний подростка»**

##### **Типичные ошибки, которые совершают взрослые, оценивая детей:**

- Оценка не содержит критериев оценивания («Молодец!», «Умница!», «Хорошо»).
- Оценивается личность подростка в целом, а не отдельные действия («Разиня», «Неряха», «Неумейка»).
- Преобладает отрицательная оценка над положительной, либо, наоборот, дается ребенку только позитивная завышенная оценка, независимо от его реальных достижений.
- Оценивая подростка, его сравнивают с другими детьми, и, как правило, такое сравнение осуществляется не в его пользу.
- Взрослые не различают области оценивания (поведение подростка и деятельность) и используют одни и те же оценки.

Одна из основных функций оценки подростка - мотивационная. Оценка должна побуждать подростка к улучшению результата своей деятельности, изменению поведения. Будучи носителем определенных знаний и переживаний, взрослый своей оценкой отражает активность подростка, является для него своеобразным зеркалом. Его оценка - это обратная связь, помогающая ребенку сориентироваться в своей активности, нормах поведения и в собственном «Я». Она - основа для формирования самооценки подростка.

Можно выделить две относительно самостоятельные и разноплановые формы активности детей - это целенаправленная деятельность (продуктивная, трудовая, игровая, учебная) и поведение. Соответственно, основными областями оценивания подростка являются поведение и деятельность.

##### **Обратная связь относительно деятельности подростка («Ты-сообщение»).**

Деятельность подростка складывается из отдельных действий, отвечающих определенным целям, и усилий, направленных на выполнение действий на необходимом для получения результата уровне. Поэтому основными «мишенями» оценивания взрослого должны стать действия подростка, его усилия и результат деятельности.

Чтобы выразить одобрение действиям подростка, взрослый просто описывает, что тот сделал и объясняет, почему это было успешным. При этом эффективнее не просто

охарактеризовать действия подростка, но и подкрепить свои слова описанием положительных результатов. Здесь акцент ставится на активности подростка, поэтому эту форму обратной связи условно можно назвать «Ты-сообщением», так как оно обращено к ребенку и адресует ему ответственность за свои действия и результат деятельности.

Такая обратная связь складывается из:

- описания действий подростка («Ты СДЕЛАЛ»);
- описания усилий подростка («Ты ПРИЛОЖИЛ УСИЛИЯ»);
- описания результата деятельности подростка («Ты ДОБИЛСЯ»).

Например: «Ты без ошибок выполнил домашнее задание и старался быть внимательным. Поэтому у тебя получилось отлично выполненное домашнее задание».

Последовательность такой обратной связи может быть двух типов: либо мы описываем сначала действия подростка, затем его усилия и результат деятельности. Либо начинаем с описания усилий подростка, его действий и заканчиваем описанием результата его



деятельности.

Рисунок 1 - Схема обратной связи относительно деятельности подростка

### **Обратная связь относительно поведения подростка («Я-сообщение»).**

Для оценки поведения подростка вышерассмотренная форма обратной связи не очень подходит. Если результат деятельности подростка принадлежит только ему самому, то результат или последствия его поступков затрагивают окружающих его людей. Иногда эмоции, вызванные поступком подростка, настолько сильны, что мешают нам адекватно отреагировать и дать взвешенную и объективную оценку случившемуся. В такой ситуации типичной ошибкой родителя станет прямая, чаще всего негативная оценка всей личности подростка, а не отдельного его поступка.

Специалисты предлагают в подобных ситуациях, когда поступок подростка требует нашей реакции и оценки, использовать «Я-сообщения», которые представляют собой точное и корректное выражение своих чувств в отношении его поведения. Такие высказывания не содержат критики, приказаний, прямой негативной оценки или команды, а также не предусматривают готовых решений проблемной или конфликтной ситуации, которая сложилась между ребенком и взрослым.

### **Структура «Я-сообщения» (четыре компонента):**

1. Первый - точное и адекватное ситуации выражение взрослым своих чувств и эмоций по поводу поведения или отдельного поступка подростка. Например: «Я огорчена», «Я

рассержена», «Мне не нравится».

2. Далее взрослый описывает поведение подростка или его поступок, вызвавший эти чувства. Второй компонент «Я-сообщения» начинается со слова «когда», например: «Я расстраиваюсь, когда оставляют за собой беспорядок на столе». Одно из условий - попытаться, если возможно, описать поведение подростка в безличной форме: «невнимательно слушают», «громко кричат», «дерутся».

3. Третий компонент «Я-сообщения» - описание причин возникновения негативной реакции взрослого, обычно начинающееся со слов «потому что». Например: «Я расстраиваюсь, когда оставляют за собой беспорядок на столе, потому что трудно найти необходимую вещь».

4. И четвертый компонент «Я-сообщения» включает в себя описание последствий поведения подростка, если он его не изменит: «Я расстраиваюсь, когда оставляют за собой беспорядок на столе, потому что трудно найти необходимую вещь. Если вещи не будут убираться на место, мне придется их переложить в другое место».

Иногда достаточно использовать «Я-сообщение», включающее только два первых компонента - выражение своих чувств и описание поведения подростка, вызвавшего их.

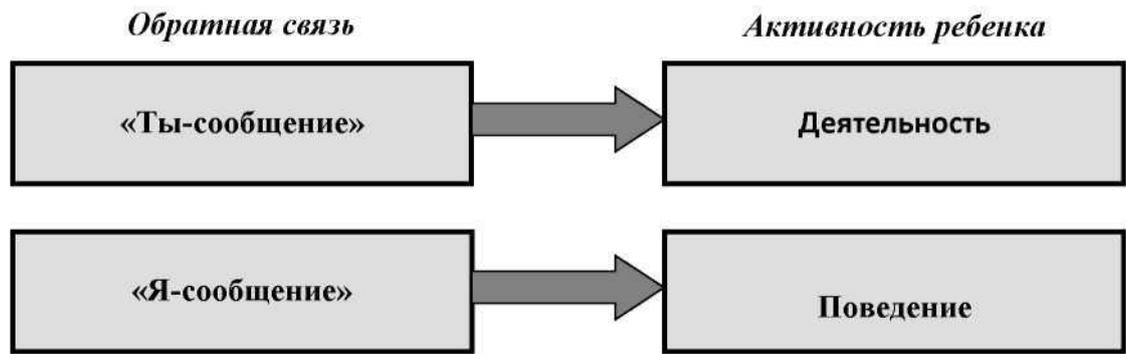


Рисунок 2 - Схема «Я-сообщения»

«Я-сообщения» необходимо применять не только в случае отрицательной оценки поведения подростка, когда он нарушил какую-то норму, правило поведения или сделал что-то нехорошее. Также необходимо обращать внимание и на позитивное поведение подростка, чтобы «подкреплять» и мотивировать его к позитивному поведению, больше уделять его положительным сторонам. Например: «Я так рада, что ты пришел сегодня вовремя из школы», «Мне очень приятно, что ты помог помыть посуду», «Я горжусь тобой за то, что ты в гостях был очень вежливым».

Итак, резюмируем сказанное.

Мы сталкиваемся с двумя формами проявления активности подростка - это его деятельность и поведение. Оценивая деятельность подростка, мы должны дать ему информацию о том, какие его действия были верны и оказались наиболее успешными для



достижения результата, а какие нет, а также описать усилия подростка, направленные на достижение цели. Функция такой оценки - информирование подростка, мотивирование и закрепление правильных действий. Форма такой оценки - развернутая обратная связь в виде «Ты-сообщения».

Оценивая поведение подростка, мы стараемся продемонстрировать ему наше отношение к его поведению через вербализацию собственных эмоций и чувств, предоставить ему выбор изменить свое поведение или продолжить его, но затем нести ответственность за его последствия. Форма такой оценки - развернутое «Я-сообщение».

**Обратная связь относительно чувств, переживаний и эмоциональных состояний подростка (Активное слушание).**

Третьим важным элементом психологически грамотного общения с детьми является активное слушание подростка. Активное слушание способствует лучшему взаимопониманию и адекватной «расшифровке» сообщений собеседника. Неправильное понимание другого человека зачастую разрушает или существенно осложняет наше общение с ним. С помощью активного слушания мы пытаемся понять, что действительно хочет передать нам собеседник. Активное слушание помогает взрослому «остановиться», попытаться понять подростка и лишь затем реагировать на услышанное.

Иногда взрослые в общении с подростками слишком много говорят, пытаются оценить их поведение, преподать им какой-нибудь урок или заставить их самих замолчать. При этом часто игнорируется содержание сообщения подростка, обесценивается или неправильно интерпретируется. Многие взрослые просто не умеют выслушать подростка или не желают этого делать. Вместо попытки понять действительный смысл сказанного детьми, взрослые часто реагируют «автоматически»: приказы, команды, предупреждения, угрозы, нравоучения, прямые советы и готовые решения, «лекции», критику и обвинения, высмеивания и т.д.

Среди распространенных ошибок, которые допускают взрослые в общении с детьми, можно назвать:

- Взрослые перебивают подростка, не дают ему высказать свою мысль до конца.
- Взрослые автоматически реагируют на сказанное ребенком.
- Взрослые обесценивают сказанное ребенком.
- Взрослые занимают позицию доминирования над ребенком, подчеркнутую также и своим расположением по отношению к нему - как правило, взрослые не считают нужным опускаться до уровня пространственного расположения подростка, чтобы выслушать его.

Основная функция активного слушания - объективирование в речи чувств, переживаний и потребностей подростка, уточнение адекватности их восприятия взрослым и демонстрация ребенку его безоценочного принятия. В активном слушании делается акцент на «Я» подростка, а не на собственном. Общаясь с ребенком, нам важно понять, что он чувствует, переживает, какую мысль хочет до нас донести. Мы демонстрируем заинтересованность в том, чтобы узнать, что ты,

- подросток, чувствуешь;
- подросток, переживаешь;
- подросток, думаешь;
- подросток, хочешь мне сказать.

Местоимение «Ты» указывает на принадлежность переживаний и суждений ребенку и на направленность нашего внимания. Поэтому активное слушание всегда начинается с «Ты-сообщения».

Благодаря активному слушанию и отражению чувств, переживаний и мыслей подростка мы помогаем ему в них лучше сориентироваться, глубже понять собственный внутренний мир и свои потребности. В таком общении подросток получает опыт безоценочного принятия и доверительного раскрытия. Подростки начинают меньше бояться своих негативных чувств. Кроме того, активное слушание создает ощущение теплоты между ребенком и взрослым, облегчает решение проблем подростка, дает ему образец полноценного диалога и помогает самому научиться быть внимательным к чувствам и потребностям другого человека. Но самое важное в активном слушании то, последнее слово всегда остается за подростком, а не за взрослым, который обычно заканчивает беседу с ребенком каким-нибудь готовым советом, оценкой или назиданием. В активном слушании взрослый пытается глубже понять подростка и, демонстрируя ему свое понимание, помогает ему лучше разобраться в самом себе и своей проблеме. Иногда этого достаточно, чтобы подросток сам нашел пути решения своих трудностей.

Условия активного слушания:

- 1) пространственное расположение участников диалога относительно друг друга;
- 2) умение дать собеседнику обратную связь.

Таблица 1 - Различие двух типов обратной связи «Я-сообщения» и «Ты-сообщения».

	<b>«Я-сообщение»</b>	<b>«Ты-сообщение»</b>
<b>Принадлежность проблемы</b>	Взрослый	Подросток
<b>Акцент сообщения</b>	Акцент на переживании ситуации взрослым, на «Я» взрослого.	Акцент на внутренних переживаниях подростка, его усилиях и результатах деятельности, на «Я» подростка.
<b>Функции сообщения</b>	Открытие взрослым перед ребенком собственных переживаний и отношений к ситуации.	Открытие для подростка его переживаний, потребностей, размышлений, усилий и результатов деятельности.
<b>Когда эффективно сообщение</b>	Эффективно для оценки поведения подростка.	Эффективно для оценки деятельности подростка и демонстрации ему своего активного слушания.

<b>Когда неэффективно сообщение</b>	Малоэффективно для оценки деятельности подростка в учебных целях.	Малоэффективно для оценки поведения подростка.
-------------------------------------	---	--

#### **Консультация № 4. «Правила и ограничения»**

Четвертым важным компонентом психологически грамотного взаимодействия с детьми, наряду с умением предоставлять ребенку обратную связь относительно его поведения и деятельности и с навыком активного слушания, является умение взрослых устанавливать для детей необходимые правила и ограничения.

Как показывают наблюдения, большинство правил и запретов, устанавливаемых для детей, ими не присваивается. Одной из причин этого является огромное количество бессмысленных запретов, которыми их окружают. Другой - то, что от детей требуется именно механическое послушание в выполнении этих правил, то есть им не объясняется смысл предъявляемых требований и не дается время на их усвоение и присвоение. Это ошибки, которые совершают многие взрослые, пытаясь ввести в жизнь подростка какие-то ограничения.

Вот, например, какие запреты для детей можно услышать в различных семьях, где детям возбраняется:

- громко разговаривать;
- трогать некоторые вещи, особенно новые и дорогие;
- бегать на улице по двору или участку;

- зимой на улице играть в снежки, строить снежную крепость и валяться на снегу;
- мальчикам играть в куклы;
- брать одновременно много игрушек;
- сразу высыпать все цветные карандаши из коробки;
- отказываться от еды.

Половина этих правил противоречит не только естественным потребностям детей в движении и познании окружающего мира, но и просто-напросто абсурдны.

Условно любой запрет взрослого или правило можно оценить по степени его необходимости и рациональности - от низкой до высокой. Таким же образом можно оценить и настойчивость взрослого в предъявлении ребенку правил - она может быть также как низкой, так и высокой.

Под **настойчивостью** понимается определенное поведение родителей по отношению к ребенку, от которого требуется соблюдение правила или ограничения. Настойчивые взрослые побуждают подростка придерживаться правил независимо от своего настроения и конкретной ситуации.

**Рациональность** правил подразумевает, что правила и ограничения, устанавливаемые взрослым для подростка, являются обоснованными и необходимыми для его безопасности и безопасности окружающих его людей. По мере роста и развития подростка некоторые правила пересматриваются и меняются, многие из них перестают быть жизненно необходимыми

**Правила всегда должны соответствовать возрастным особенностям и возможностям детей и при этом не противоречить их основным потребностям.**

Давайте теперь представим эти два параметра - настойчивость и рациональность графически (см. рисунок).

<i>Настойчивость в соблюдении правил</i>	<i>Высокая</i>	<b>1. «Диктатор»</b>	<b>4. «Хранитель»</b>
	<i>Низкая</i>	<b>2. «Манипулятор»</b>	<b>3. «Проситель»</b>
		<i>Низкая</i>	<i>Высокая</i>
<b><i>Рациональность правил и ограничений</i></b>			

Любое сочетание этих двух параметров: рациональности правил с настойчивостью в их предъявлении ребенку - образует своеобразную «дисциплинарную» модель или стратегию

взрослого. На рисунке такие четыре крайние стратегии соответственно называются «Диктатор», «Манипулятор», «Проситель» и «Хранитель».

**«Диктатор»** - это взрослый, который «обкладывает» подростка со всех сторон самыми различными правилами и запретами, многие из которых не рациональны. Большинство таких правил неоправданны и бессмысленны, но при этом настойчивость взрослого и соблюдении их ребенком очень велика. Если правила нарушаются, следуют соответствующие, «административные» санкции («Не смей!», «Не трогай», «Не вздумай!», «Быстро выполняй!»). Диктатура выливается в борьбу между взрослым и ребенком за власть. Диктаторы или полностью подавляют личность подростка, или воспитывают настоящих бунтарей и революционеров (ближе к подростковому возрасту).

**«Манипулятор»** - взрослый, который с помощью правил и ограничений пытается манипулировать ребенком. Это менее жесткая форма влияния на подростка, нет открытого давления и суровых санкций за невыполнение правил. Требования, которые предъявляются ребенку, не всегда являются обоснованными и продиктованными заботой о его безопасности, многие из них продиктованы личными мотивами взрослого. Поведение взрослого-манипулятора часто зависит от конкретной ситуации и настроения. Правила и ограничения, предъявляемые ребенку, непостоянны, неустойчивы, хаотичны. Сегодня от него требуют одно, а завтра - совсем другое.

**«Проситель»** - это взрослый, который понимает, что есть вещи, которые ребенку не следует делать, но не знает, как на него повлиять («Перестань, пожалуйста», «Обещай мне, что больше так не сделаешь», «Ты не должен себя так вести», «Я тебя умоляю так больше не поступать»). Часто попытка дисциплинировать подростка превращается в своеобразную психологическую игру в «Обещалки». Взрослый просит подростка: «Обещай, что больше так не сделаешь», тот обещает, но спустя какое-то время нарушает данное слово, взрослый вновь просит с него обещание и т.д. Со своей стороны, взрослые обещают в следующий раз наказать подростка, но свои обещания также не выполняют. Взрослые перестают верить обещаниям подростка, но продолжают их требовать с него, а подросток легко ими разбрасывается, так как не придает им серьезного значения.

**«Хранитель»** - это тот, кто охраняет, защищает людей и законы. Запретительные действия такого взрослого продиктованы в первую очередь заботой о здоровье и безопасности подростка. Правила и ограничения, которые взрослый накладывает на подростка, призваны его защищать. Они обоснованы и немногочисленны. А также доступны для понимания и выполнения ребенком. Взрослый не просто ставит подростка перед необходимостью соблюдения тех или иных правил, а пытается открыть их смысл для него. Такой взрослый не требует от подростка безусловного, слепого повиновения (как «Диктатор»), не пытается воздействовать на поведение подростка с целью получения от этого личной выгоды или какими-то манипуляциями заставить его подчиняться (как «Манипулятор»), но и не ограничивается одним лишь увещанием и прошением подростка изменить свое поведение (как «Проситель»). Запрещающие правила можно переформулировать в положительные утверждения, из которых получается хорошая альтернатива каждому из запретов. Итак, разрешается:

- Быть всегда недалеко от взрослого.

- Разговаривать не слишком громким голосом.
- Ходить по дому пешком.
- Мирно вести себя с другими детьми.
- Беречь вещи от поломок.
- Убирать за собой вещи на место.
- Говорить приятно друг другу.

Есть и еще одна категория взрослых, которые вообще перед ребенком не ставят никаких ограничений и правил. При этом их поведение зачастую носит очень противоречивый характер. С одной стороны, они позволяют ребенку вроде бы все, а с другой - стараются его во всем контролировать.

Обычно дети нарушают правила:

- В том случае, если правила не соответствуют их возможностям и противоречат потребностям. Например, маленького подростка заставляют подолгу сидеть, в то время как его организм требует двигательной активности.
- Если правила не согласованы всеми взрослыми между собой. Так бывает, когда, например, правило, установленное родителями, обесценивается бабушками и дедушками или родители между собой не могут договориться о единых требованиях к поведению подростка.
- Нарушая правила, дети, таким образом, испытывают взрослого, «тестируют» его настойчивость. Ребенку важно знать, насколько серьезен и последователен в своих действиях взрослый – это дает ему ощущение стабильности в отношениях с ним и безопасности. Следовательно, подросток учится прогнозировать поведение взрослого.
- Нарушая правила, дети привлекают к себе внимание взрослых. Иногда это единственный способ, которым ребенку удается обратить на себя внимание родителя.
- Нарушая правила, дети стремятся доказать взрослым свою независимость и самостоятельность, отстоять собственную «взрослость».

### **Основные шаги взрослого, придерживающегося позиции «Хранителя», по регуляции нормативного поведения подростка.**

1. Когда какое-то правило вводится впервые, взрослому необходимо не просто сформулировать его ребенку в категоричной форме, но и объяснить его смысл и целесообразность.

2. Попытка переключить внимание и активность подростка с неприемлемого действия на другое, предложить ему альтернативное действие. Если подросток примет предложенную ему альтернативу поведения и изменит свою активность, можно считать, что потенциально конфликтная ситуация (конфликтная, потому что любая ситуация, характеризующаяся столкновением противоположных интересов, является таковой, а в данном случае это интересы взрослого и подростка) исчерпана.

3. В том случае, когда подросток не прекращает неприемлемое действие или через короткий промежуток времени повторяет его вновь, взрослый должен продемонстрировать, прежде всего, свое отношение к его поведению. Сделать это можно в бесконфликтной форме с помощью «Я-сообщений». Взрослый применяет ограничение, если подросток вновь не меняет своего поведения, - в этом заключается настойчивость и последовательность взрослого в отношении правил и ограничений, которые должен соблюдать подросток.

Каждый взрослый периодически может выступать в роли диктатора, в роли манипулятора, просителя или хранителя. Иногда объяснить ребенку смысл того или иного запрета явно недостаточно, и тогда мы вынуждены, хотим того или нет, временно превратиться в «Диктатора» и, если это необходимо, принять соответствующие меры. А иногда

достаточно попросить подростка, чтобы он больше постарался так не делать, особенно если он нарушил какое-то правило произвольно. Но в том, что касается каких-то незыблемых и жизненно необходимых правил, взрослому нужно стремиться<sup>1</sup> к роли «Хранителя». Конечно, чаще всего дети нарушают непонятные им правила, которые противоречат их главным потребностям и которых слишком много. Если взрослый будет придерживаться стратегии «Хранителя», число правил, нарушаемых детьми, может существенно уменьшиться.

## **Консультация № 5. «Формирование моральных норм у подростка»**

### **Причины задержки усвоением ребенком этических ценностей и общественных норм»**

Традиционно совесть понимается, как внутреннее руководство поведением на основе принятых норм и запретов. При этом в понятие совести включаются не только ограничения, но также ценности и идеалы.

Рассмотрим представления Лоренса Колберга о становлении морального сознания подростка.

Первый - доморальный уровень. Нормы морали для подростка - нечто внешнее, он выполняет правила, установленные взрослыми, из чисто эгоистических соображений. Первоначально он ориентируется на наказание и ведет себя «хорошо», чтобы его избежать (I стадия).

Затем он начинает ориентироваться и на поощрение, ожидая получить за свои правильные действия похвалу или какую-нибудь другую награду (II стадия).

Второй уровень - конвенциональная мораль. Источник моральных предписаний для подростка остается внешним. Но он уже стремится вести себя определенным образом из потребности в одобрении, в поддержании хороших отношений со значимыми для него людьми.

Ориентация в своем поведении на оправдание ожиданий и одобрение других характерна для III стадии, на авторитет - для IV стадии. Этим определяется неустойчивость поведения подростка, зависимость от внешних влияний.

Третий уровень - автономная мораль. Моральные нормы и принципы становятся собственным достоянием личности, т.е. внутренними. Поступки определяются не внешним давлением или авторитетом, а своей совестью: «на том стою и не могу иначе».

Сначала появляется ориентация на принципы общественного благополучия, демократические законы, принятые на себя обязательства перед обществом (V стадия), потом - на общечеловеческие этические принципы (VI стадия).

Все дошкольники и большинство семилетних детей (примерно 70%) находятся на доморальном уровне развития. Этот низший уровень развития морального сознания сохраняется у части детей II позже - у 30% в 10 лет и 10% в 13-16 лет.

Многие дети к 13 годам решают моральные проблемы на втором уровне, им присуща конвенциональная мораль.

Задержка в развитии предупредительной функции совести носит инфантильный характер: это нормальная ситуация для дошкольника, но для подростка старше это признак неблагополучия. Третий уровень нарушения совести свойствен лицам психопатического склада, среди детей они встречаются достаточно редко.

Развитие совести тесно связано с развитием привязанности: подросток любит своих родителей - и боится их огорчить. Доверяет им - и делает так, как они сказали. Моральные ценности «растут» из усвоения родительского одобрения - неодобрения. Понимание того, что можно и чего нельзя делать, формируется у детей в раннем детстве. Оценка «хорошо» - «плохо», т.н. критический внутренний голос, появляется примерно к 5 годам. А способность следовать этому внутреннему голосу, воздерживаться от ошибочного поведения даже в отсутствии взрослого, развивается к 9-10 годам. Это связано с формированием рефлексии, с развитием интеллекта и повышением уровня самоконтроля.

До тех пор, пока привязанность у подростка не сформирована, управлять его поведением трудно.

### **Форма заявления начальнику МВД, а также проинформировать соответствующие структуры по плану.**

При сообщении в полицию, любая подходящая информация, которая может помочь найти или поддержать подростка должна быть сообщена, включая:

- рост, телосложение, наличие особых примет (шрамы, родимые пятна, татуировки, родинки и др.);
- описание одежды, в которой ушел несовершеннолетний;
- описание предметов, которые имел при себе подросток;
- информация о взаимоотношениях самовольно ушедшего воспитанника с учащимися, другими воспитанниками, конфликтных ситуациях в коллективе сверстников, вследствие которых подросток мог самовольно покинуть учреждение;
- сведения о том, где ранее проживал несовершеннолетний, полные данные родственников, друзей, знакомых, у которых может находиться несовершеннолетний, местонахождения подростка при предыдущих самовольных уходах;
- состояние физического и психического здоровья ;
- дата, время и место ухода, возможная причина ухода;
- иные сведения, способствующие оперативному розыску подростка;
- любые факторы, которые увеличивают риск в отношении подростка(ранее совершал правонарушения, употреблял ПАВ, вовлекался в совершение правонарушений, связь с субкультурными сообществами и т.д.)