

Департамент социального развития
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Комплексный центр социального обслуживания населения «Жемчужина»

**«Пойми себя»
тренинговая программа,
направленная на формирование позитивных интересов,
личностный рост несовершеннолетних,
находящихся в социально-опасном положении**

Составитель:
Васюкова Ирина Георгиевна,
психолог

Когалым,
2013

**Паспорт программы
«Пойми себя»**

Наименование учреждения с указанием территориальной принадлежности	бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Жемчужина», город Когалым
Наименование программы	тренинговая программа «Пойми себя», направленная на формирование позитивных интересов, личностный рост несовершеннолетних, находящихся в социально-опасном положении
Ф.И.О. составителя (ей) с указанием должностей	Васюкова Ирина Георгиевна, психолог отделения психолого-педагогической помощи семье и детям
Ф.И.О. работников, реализующих программу	Васюкова Ирина Георгиевна, психолог отделения психолого-педагогической помощи семье и детям
Должностное лицо, утвердившее программу, дата утверждения	программа утверждена Методическим советом БУ «Комплексный центр социального обслуживания населения «Жемчужина» (протокол № 1 от 12.06.2013)
Практическая значимость	Участие в тренинговых занятиях создает для подростков возможность для формирования личностных качеств. Это активное включение в деятельность с применением широкого набора игровых, интерактивных, творческих и др. технологий, что положительно воздействует на сознание и поведение личности, формирование позитивных интересов и жизненных стратегий, стремления к самопознанию, самоопределению и личностному росту несовершеннолетних, находящихся в социально-опасном положении
Инновационность программы (аргументация)	Инновационность программы определяется использованием инновационных технологий, таких как: тренинговая технология; личностное ориентирование; технология развития творчества; игровые, диалоговые, информационные технологии, а также использованием в тренинге интерактивных методик: «Мозговой штурм», «Работа в группе», «Работа в парах» и др. Эффективность тренинговой технологии достигается при использовании направлений психотерапии: арттерапия (изотерапия), кинотерапия, фототерапия, имаготерапия, сказкотерапия и др.
Целевая группа	Несовершеннолетние в возрасте от 12 до 18 лет, находящиеся в социально-опасном положении, и состоящие на социальном сопровождении в отделении психолого-педагогической помощи семье и детям бюджетного учреждения ХМАО - Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Жемчужина»
Цель программы	Формирование позитивных интересов и жизненных стратегий, стремления к самопознанию и самоопределению; создание условий для личностного роста несовершеннолетних, находящихся в социально опасном положении
Сроки реализации	Программа реализуется в течение года

СОДЕРЖАНИЕ

I.	Пояснительная записка.....	4
1.	Актуальность программы.....	4
2.	Целевая группа.....	6
3.	Цель программы.....	6
4.	Задачи программы.....	6
5.	Формы и методы работы.....	6
II.	Содержание подпрограммы.....	7
2.1.	Этапы реализации программы.....	7
2.2.	Основное содержание и механизм реализации программы.....	8
2.3.	Примерный тематический план мероприятий.....	11
3.	Ресурсы.....	12
3.1.	Кадровое обеспечение.....	12
3.2.	Материально-технические ресурсы.....	13
3.3.	Информационные ресурсы.....	13
3.4.	Методические ресурсы.....	13
4.	Контроль за реализацией программы.....	13
5.	Ожидаемые результаты.....	14
	Список литературы.....	16
	Приложение.....	17

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность программы

«Подросток особенно страстно ищет тех людей и те идеи, которым он мог бы верить!»

Э. Эриксон

Проблемы личностного самоопределения подростков особенно резко обостряются в периоды политико-экономических кризисов, отличающихся стремительными изменениями привычных жизненных моделей, утратой традиционных представлений о нормах социального взаимодействия и разрушением устоявшихся ценностей.

Особенностью подросткового возраста является не только психофизиологическая перестройка организма, становление эмоционально-чувственной системы, но и обостренное стремление к осмыслению своего «Я».

Именно в это время потребность в доверии обретает остроту, так как «подросток особенно страстно ищет тех людей и те идеи, которым он мог бы верить» (Э. Эриксон). Вместе с тем, в современном обществе возрастают риски негативного воздействия на подростков, а ослабление воздействия традиционных институтов социализации и воспитания становится причиной появления таких негативных явлений в подростковой среде как социальная дезадаптация и аддиктивное поведение. В данных условиях резко возрастает значимость становления в подростковом сознании ценностно-нормативных ориентиров, происходит развитие коммуникативно-презентационных, творческих, когнитивных качеств, продолжается формирование деятельностного компонента в структуре его личности. Эффективность становления и развития обозначенных качеств во многом зависит от направленности личностного самоопределения.

Использование тренинговой технологии, которая позволяет объединить несовершеннолетних, находящихся в социально-опасном положении в группу, является уникальной организационно-культурной формой, обладающей потенциалом стимулировать процесс личностного самоопределения в социально-значимом направлении. С одной стороны, объединение в тренинговую группу является достойной альтернативой неорганизованному, стихийному подростковому окружению и досугу. С другой стороны – выступает особой формой общественной самоорганизации подростков под контролем специалистов. Таким образом, *тренинговая программа способствует самоидентификации подростка как члена референтной группы (группы сверстников)*. Значимым условием личностного самоопределения является социокультурная среда данного объединения, обладающая культуротворческим и педагогическим потенциалом, поскольку:

- во-первых, *участие в тренинговых занятиях способно являться для подростков дополнительным жизненным пространством;*
- во-вторых, *создание условий для формирования личностных качеств и реализации индивидуального потенциала в самовыражении и самоактуализации;*
- в-третьих – *это активное включение подростков, находящихся в социально-опасном положении, в социально-культурную деятельность, воспитательный ресурс которой обеспечивается широким набором инновационных методик и технологий как средств воздействия на сознание и поведение подростков.*

Представляемая программа социально-психологической работы с несовершеннолетними, оказавшимися в социально-опасном положении, предназначена для обучения подрастающего поколения навыкам, позволяющим успешно функционировать в изменяющемся мире.

Эффективность программы определяется комплексным подходом к постановке целей, использованием различных диагностических методов и тренинга.

Одной из основных задач профилактической деятельности отделения психолого-педагогической помощи является профилактика социальной дезадаптации, девиантного и аддиктивного поведения в подростковой среде, а также оказание социально-психологической помощи несовершеннолетним, находящимся в социально-опасном положении.

Основными направлениями деятельности психолога, участвующего в реализации подпрограммы, является актуализация личностных ресурсов и формирование позитивных жизненных интересов у несовершеннолетних, *создание благоприятных условий для самопознания и саморазвития путем поиска внутреннего потенциала для реализации творческих способностей и наклонностей подростков.*

Программа «Пойми себя» предназначена для подростков. Это обусловлено тем, что особенности переходного возраста, а также сложные условия, в которых происходит взросление современной молодежи: нестабильность семейного института, размытость моральных ценностей, которые уже не являются твердой опорой для выстраивания собственной личности, диктуют необходимость использования специальных мер для развития и усиления «Я» подростка, формирования жизнеспособной личности, обладающей достаточными ресурсами для успешной адаптации в обществе.

Программа «Пойми себя» позволит психологу на протяжении года тесно работать над проблемами несовершеннолетних, находящимися в социально-опасном положении, имеющими проблемы в поведенческой и эмоционально-волевой сферах, а также вести коррекционную и профилактическую работу в отношении подростков.

Название «Пойми себя» отражает основную идею программы – формирование гармонично развитой, жизненно компетентной и здоровой личности несовершеннолетнего и охватывает возраст от 12 до 18 лет.

Успех программы «Пойми себя» определяется соблюдением принципов работы группы:

- *принцип учета интересов и особенностей каждого конкретного случая, т.е. индивидуального подхода;*
- *принцип проблемности* (осознание, моделирование и разрешение проблемных и конфликтных ситуаций с целью устранения деструктивных форм поведения и обучения адекватным способам реагирования);
- *принцип активного участия* всех участников группы позволяет повысить психологическую компетентность в общении и «включить» механизмы личностного саморазвития (члены группы постоянно вовлекаются в различные действия — игры, дискуссии, упражнения, а также целенаправленно наблюдают и анализируют действия других участников);
- *принцип партнерского общения* (взаимодействие в группе строится с учетом интересов всех участников, признания ценности личности каждого из них, равенства их позиций, а также соучастия, сопереживания, принятия друг друга);
- *принцип исследовательской позиции участников* (участники сами решают коммуникативные проблемы, а тренер лишь побуждает их к поиску ответов на возникающие вопросы);
- *принцип конфиденциальности* («психологическая закрытость» группы уменьшает риск психических травм участников). Любая информация, полученная от клиента, не может быть передана без его согласия в какие бы то ни было общественные или государственные организации, частным лицам, в том числе родственникам или друзьям. Исключением являются сведения о серьезной угрозе для чьей-либо жизни.

1.2. Целевая группа

Целевой группой программы «Пойми себя» являются несовершеннолетние в возрасте от 12 до 18 лет, находящиеся в социально-опасном положении и состоящие на социальном сопровождении в отделении психолого-педагогической помощи семье и детям бюджетного учреждения ХМАО - Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Жемчужина».

1.3. Цель программы

Формирование позитивных интересов и жизненных стратегий, стремления к самопознанию и самоопределению; создание условий для личностного роста несовершеннолетних, находящихся в социально-опасном положении.

1.4. Задачи программы:

1. Провести психодиагностическое исследование несовершеннолетних, направленное на выявление уровня коммуникативных навыков, определение их личностных особенностей и способностей на начальном этапе подпрограммы.
2. Реализовать план программных мероприятий, направленных на:
 - создание условий для формирования стремления к самопознанию и самоопределению, погружение в свой внутренний мир и ориентацию в нем;
 - формирование позитивных интересов и жизненных стратегий несовершеннолетних - участников тренинговых занятий;
 - расширение знаний участников программы о чувствах и эмоциях; формирование умения управлять своими чувствами и эмоциональными реакциями;
 - формирование навыков общения в различных жизненных ситуациях, развитие умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей;
 - развитие творческих способностей, осознание подростками собственной жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.
3. Провести диагностику несовершеннолетних с целью определения эффективности на заключительном этапе подпрограммы.

1.5. Формы и методы работы

Основные формы работы: анкетирование, консультирование, информирование, беседа, рефлексия, саморегуляция и др.

Методы работы: диагностика, консультации, тренинги, «фототерапия», «арттерапия», «игротерапия», «кинотерапия», «сказкотерапия», «имаготерапия», анкетирование, личные беседы, релаксация, драматизация, индивидуальное и групповое консультирование.

1.6. Срок реализации программы

Социально-психологическое сопровождение проводится в течение года в сроки, необходимые для оказания социально-психологической помощи несовершеннолетним, до устранения причин и условий, вызывающих социальную дезадаптацию, девиантное и аддиктивное поведение.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Этапы реализации программы

Этап I - организационно-диагностический (2 недели)

Цель: Провести психодиагностическое исследование несовершеннолетних, направленное на выявление уровня коммуникативных навыков, определение их личностных особенностей и способностей на начальном этапе подпрограммы;

создать условия для формирования стремления к самопознанию и самоопределению, погружения в свой внутренний мир и ориентации в нем.

Задачи:

- сформировать тренинговую группу, учитывая индивидуальные особенности несовершеннолетних;

- познакомить несовершеннолетних, находящихся в социально-опасном положении с работой отделения психолого-педагогической помощи семье и детям;

- собрать информацию об участниках группы;

- провести психологическую диагностику участников тренинговой группы на входе в программу с использованием диагностических методик, позволяющих всесторонне изучить проблематику, подобрать индивидуальный подход в работе с несовершеннолетними, выявить уровень коммуникативных навыков, определить их личностные особенности и способности на начальном этапе подпрограммы.

Этап II - основной (9 месяцев)

Цель: реализация план проведения тренинговых занятий.

Задачи:

посредством проведения психологического тренинга сформировать у несовершеннолетних позитивные интересы и жизненные стратегии, стремление к самопознанию и самоопределению;

создать условия для личностного роста, формирования стремления к самопознанию и самоопределению несовершеннолетних, способности безоценочного принятия сверстников, формировать умения управлять своими чувствами и эмоциональными реакциями;

расширить диапазон творческих способностей подростков и знания участников о чувствах и эмоциях, создать условия для развития.

Этап III заключительный (2 недели)

Цель: оценка результатов групповой работы с несовершеннолетними, находящимися в социально-опасном положении – участниками тренинга; определение динамики реабилитационного процесса, оценка эффективности подпрограммы.

Задачи:

- провести психологическую диагностику несовершеннолетних, находящихся в социально-опасном положении – участников тренинга на выходе из подпрограммы;

- проанализировать итоги диагностического обследования, определить динамику реабилитационного процесса, эффективности подпрограммы.

2.2. Основное содержание и механизм реализации программы

Первичная психологическая диагностика

Цель:

- выявление и анализ психического состояния и индивидуальных особенностей несовершеннолетних, влияющих на отклонение в поведении и взаимоотношениях с окружающими людьми, для составления прогноза и разработки рекомендаций по дальнейшей коррекции;
- выявление уровня творческих склонностей личности подростка, что позволит определить креативный резерв и творческий потенциал несовершеннолетнего.

Формы и методы: анкетирование, наблюдение, сбор информации, психологическая диагностика.

Используемый диагностический инструментарий

Диагностический инструментарий, применяемый в программе, *позволяет всесторонне изучить* проблематику и подобрать индивидуальный подход в работе с несовершеннолетними.

Диагностический инструментарий (представлен на электронных носителях и в печатном варианте) имеет следующие *цели*:

- **диагностика личностного роста подростка.**

Цель: выявление характера отношения подростка к людям, природе, окружению и т.п. (авторы П.В. Степанов, Д.В. Григорьев, И.В. Кулешов);

- **диагностика на определение склонности подростков к отклоняющемуся поведению** (автор А.Н. Орел).

Цель: выявление склонности несовершеннолетних к асоциальному поведению;

- **диагностический тест-опросник «Креативность».**

Цель: выявление уровня творческих склонностей личности и построения профиля креативности (автор Н. Вишнякова).

Требования к проведению диагностики:

- **соблюдение тайны** - предполагает неразглашение результатов диагностики без согласия клиента. При проведении психологической диагностики несовершеннолетних для разглашения результатов требуется согласие родителей или заменяющих их лиц;

- **не нанесение ущерба** - предполагает, что результаты диагностики ни в коем случае не будут использованы во вред клиенту;

- **объективность выводов** - требует, чтобы все выводы из результатов тестирования были научно обоснованными, то есть вытекали из результатов тестирования, полученных с применением надежных методик, а не зависели от субъективных установок лиц, проводящих тестирование или пользующихся его данными;

- **добровольности** - человека нельзя подвергать обследованию вопреки его воле. Исключения составляют случаи из судебной и медицинской практики, оговоренные законом. Любой человек имеет право знать результаты своего тестирования, а также то, кем и как они могут использоваться. Результаты тестирования предоставляются клиенту в форме, доступной для верного понимания.

Психологический тренинг

Цель:

- формирование позитивных интересов и жизненных стратегий, стремления к самопознанию и самоопределению; создание условий для личностного роста

несовершеннолетних;

- выявление и анализ психического состояния и индивидуальных особенностей несовершеннолетнего, влияющих на отклонение в поведении и взаимоотношениях с окружающими людьми, для составления прогноза и разработки рекомендаций по дальнейшей коррекции;

- обучение несовершеннолетних навыкам, позволяющим успешно функционировать в изменяющемся мире, включение несовершеннолетних в активную деятельность, направленную на становление личностных качеств, с использованием различных методов, способов и приемов воздействия на сознание и поведение личности подростка с учетом индивидуальных потребностей и возрастных особенностей подростков.

Формы и методы, используемые на данном этапе:

Групповая беседа, т.е. обсуждение участниками определенных позиций, рассмотрение их с разных точек зрения; в групповых беседах участники группы имеют возможность высказывать свое мнение по обсуждаемой проблеме, учатся формулировать свои мысли, аргументировать свое мнение, спорить, не оскорбляя оппонента, критиковать точку зрения, не переходя на «личности».

Анализ ситуации, предлагаемый в итоговой форме и моделирующий то, что происходит в реальной жизни приемных детей.

Психологическая игра - осмысление определенных аспектов психологии человека, обязательное обсуждение шагов выполнения задания, обращение к опыту участников, импровизация и личностная направленность задания.

Работа в парах, в тройках, микрогруппах проводится при отработке умений на любом этапе знаний.

Арттерапия - метод психотерапии, достигающий психотерапевтического эффекта посредством использования различных направлений искусства. Она включает такие направления, как рисуночная терапия, драмтерапия, музыкотерапия, кинотерапия, танцтерапия и др.

Изотерапия - лечебное воздействие на психику человека с помощью изобразительного искусства. С помощью рисования человек учится понимать себя, легче воспринимать наиболее неприятные для него события, страхи, собственное несовершенство.

Фототерапия - метод психотерапии, при котором используют различные фотографии из семейных архивов, журналов и т.д. для последующего анализа и т.п.

Семинар-практикум, форма организации занятия, в которой часть участников временно объединяется в группы с учетом уровневых достижений для решения задач за ограниченное, заранее заданное время, по истечении которого группы отчитываются об итогах работы.

Рефлексия - процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний.

В программе представлен примерный конспект проведения психологического тренинга (*Приложение 3*).

Программа психологического тренинга включает курс групповых занятий по 50 минут, которые проводятся раз в неделю.

Оптимальная численность группы: 10 - 15 человек.

Место проведения: зал для проведения тренингов.

Структура тренингового занятия

Структура тренингового занятия включает:

1. Вводная часть (разминка).

2. Основная часть (рабочая).

3. Завершение (рефлексия).

Вводная часть и завершение обычно занимают примерно по четверти всего времени занятия. Около половины времени чаще всего уделено собственно работе.

Вводная часть занятия включает в себя вопросы о состоянии участников и одно-два разминочных упражнения. В начале каждого занятия психологу важно почувствовать группу, диагностировать состояние участников, чтобы скорректировать план работы на день. В этом могут помочь вопросы к участникам: «Как вы себя чувствуете?», «Что нового (хорошего, необычного) случилось за это время?», «Назовите одно хорошее и одно плохое событие, которые произошли между нашими встречами?», «Что запомнилось с предыдущего занятия?» и т. п.

В качестве разминки используются также упражнения, которые позволяют участникам переключиться от своих забот к работе в группе, активизироваться, настроиться на дальнейшую работу по определенной теме, включиться в ситуацию «здесь и сейчас». Эти упражнения группой обычно не обсуждаются.

На первом занятии вводная часть занимает больше времени, расширена, поскольку необходимо объяснить правила, уделить внимание мотивации участников и рассказать, в чем будет заключаться работа. Первое занятие группы имеет решающее значение для выработки групповых норм, мотивирования и включения участников в работу, а также определения дальнейшего направления движения.

Удельный вес данных методов и приемов меняется в зависимости от специфики целей группы. Именно эти приемы позволяют реализовать принципы тренинга, в основе которых лежит активный, исследовательский характер поведения участников.

Так, в ходе *групповой дискуссии* участники обучаются умению управлять групповым процессом обсуждения проблемы, а также выступать в роли рядового участника дискуссии: коммуникатора, генератора идей, эрудита и т.д. В процессе такой активной работы приобретается целый ряд групповых коммуникативных навыков.

В *ролевой игре* упор уже делается на межличностное взаимодействие. Высокая обучающая ценность ролевой игры признается многими психологами. В игре участники «проигрывают» роли и ситуации, значимые для них в реальной жизни. При этом игровой характер ситуации освобождает игроков от практических последствий их разрешения, что раздвигает границы поиска способов поведения, дает простор для творчества. Следующий за игрой тщательный психологический анализ, осуществляемый группой совместно с тренером, усиливает обучающий эффект. Нормы и правила социального поведения, стиль общения, разнообразные коммуникативные навыки, приобретенные в ролевой игре и скорректированные группой, становятся достоянием личности и с успехом переносятся в реальную жизнь.

Психогимнастика включает разнообразные упражнения, направленные на формирование комфортной групповой атмосферы, изменение состояния участников группы, а также на тренировку различных коммуникативных свойств, в первую очередь на повышение чувствительности в восприятии окружающего мира. Повышение такого рода чувствительности, лежащей в основе способности человека понимать других людей, иногда является основной целью тренинга.

Средством решения задач тренинга служат следующие формы, методы и приемы:

- беседы;
- групповые дискуссии;
- ролевые игры;
- психогимнастика;
- анализ ситуации;

- работа в парах, в микрогруппах;
- рефлексия;
- анкетирование;
- саморегуляция.

Итоговая (заключительная) психологическая диагностика

Цель: оценка результатов тренинговой работы с несовершеннолетними; оценка эффективности подпрограммы.

Формы и методы:

- диагностика;
- анкетирование;
- наблюдение;
- психологическое консультирование;
- беседа.

2.3. Примерный тематический план мероприятий

№ п/п	Темы занятий	Срок проведения
1.	«На старте» (знакомство, установление контакта между участниками, снятие барьеров, создание атмосферы доверия и сплочение группы)	I квартал
2.	«В мире людей» (сплочение группы, повышение коммуникативной грамотности участников, обучение навыкам конструктивного общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей)	
3.	«В море эмоций» (расширение знания участников о чувствах и эмоциях, развитие способности безоценочного принятия окружающих, обучение навыкам выражения собственных эмоций и чтения их у других людей)	
4.	«В глубине души» (создание условий для самопознания, погружения в собственный внутренний мир и ориентации в нем)	
5.	«Прошлое, настоящее, будущее» (создание условий, способствующих осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения)	
6.	«Кто Я? Кто Ты?» (формирование понятия личности, границ личности, ее структуры и развития)	
7.	«Познай себя» (формирование понятия о чувствах, умения осознавать, что происходит внутри себя, анализировать собственное состояние, развитие умения идентифицировать, выражать свои чувства)	II квартал
8.	«Ценность моей и твоей личности» (развитие и личностный рост участников, расширение понятий о ценности личности, самооценке)	
9.	«Радость общения» (формирование понятия о человеке как социальном существе; формирование навыков общения)	
10.	«Человек как часть социума» (формирование навыков эмпатии, умения принимать и оказывать поддержку, разрешать конфликтные ситуации. Развитие адекватной самооценки и отношения к другим людям. Развитие умения принимать себя и другого как личности)	

11.	«Мальчишки и девчонки, а также их родители...» (формирование понятия о человеке как сексуальном существе. Проблемы межполового общения)	
12.	«Право на свое мнение» (формирование понятий о групповом давлении и принятии собственного решения; развитие умения выражать и отстаивать собственное мнение, умения искать компромисс, умения противостоять групповому давлению)	
13.	«Сумей сказать «Нет»!» (формирование навыков заботы о себе и защиты своего Я, границ личности; развитие умения говорить "Нет" и противостоять давлению со стороны)	III квартал
14.	«Способы решения проблем» (формирование понятия о стрессе, о поведении человека в стрессовых ситуациях. Формирование навыков оценки проблемной ситуации и принятия решения. Обучение несовершеннолетних эффективным способам решения проблем и личностных сложностей)	
15.	«Что такое стресс и как с ним бороться» (расширение понятия о стрессе. Развитие когнитивной оценки проблемной или стрессовой ситуации)	
16.	«Как уйти от конфликта?» (развитие умения преодолевать проблемные и стрессовые ситуаций)	
17.	«Перспективные цели» (формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их)	
18.	«Осмысление жизни» (формирование понятия о морали и нравственности, о смысле жизни и личностных ценностях)	
19.	«Мой жизненный путь»	
20.	«Защити себя» (формирование умения защищать себя в различных ситуациях разными способами безконфликтного общения)	IV квартал
21.	«Выбор жизненных целей» (развитие умения планировать, ставить цели; поиск способов достижения цели)	
22.	«Мое будущее» (формирование представлений о своем будущем; развитие умения анализировать свои действия и поступки с целью достижения успеха)	
23.	«Финал» (подведение итогов, закрепление достигнутых результатов, завершение групповой работы, выход из контакта)	

3. Ресурсы

3.1. Кадровое обеспечение:

№ п/п	Должность	Кол-во единиц	Обязанности
1.	Заведующий отделением	1	Контроль за процессом реализации подпрограммы
3.	Психолог	1	- Разработка плана тренинговых занятий, конспектов мероприятий; - проведение психологической диагностики и обследования личности несовершеннолетних-

			участников тренинга; - определение задач, форм, методов социально-психологической работы, способов решения личных и социальных проблем несовершеннолетних; - проведение работы с несовершеннолетними в ходе тренинга; - анализ эффективности подпрограммы
--	--	--	--

3.2. Материально-технические ресурсы:

- комната с мебелью (стулья, столы);
- мультимедийное оборудование;
- компьютер;
- телевизор с USB выходом;
- диски с музыкой для релаксации;
- канцелярские товары (ручки, карандаши, фломастеры, краски, кисти, бумага белая и цветная для офисной техники).

3.3. Информационные ресурсы.

- памятка о деятельности отделения психолого-педагогической помощи;
- информационный лист, официальный сайт учреждения «Жемчужина» (<http://kson86.ru/>), демонстрационный и информационный материал (тематические памятки, буклеты);
- уголок клиента (информационные стенды, тематические папки и др.)

3.4. Методические ресурсы:

- диагностический инструментарий, состоящий из психологических методик (*Приложение 1*);
- руководство по применению различных психологических техник (техника семейной арт-терапии, техника арт-терапия, методы: сказкотерапия, кинотерапия, фототерапия и др.) в процессе проведения коррекционной работы;
- развернутые конспекты тренинговых занятий с использованием методических рекомендаций и разработок (*Приложение 3*);
- банк коррекционных игр и упражнений;
- памятки и консультации профилактического характера.

4. Контроль за реализацией программы

Контроль за реализацией программы осуществляется заведующим отделением психолого-педагогической помощи семье и детям.

5. Ожидаемые результаты

Задачи программы	Ожидаемый результат	Критерии оценки эффективности	
		количественные показатели	качественные показатели
1. Психодиагностическое исследование несовершеннолетних,	Набор группы для участия в реализации	Количество несовершеннолетних, участвующих в	Выявление у детей уровня развития коммуникативных

<p>направленное на выявление уровня коммуникативных навыков, определение их личностных особенностей и способностей на начальном этапе программы</p>	<p>программы</p>	<p>диагностическом обследовании</p>	<p>навыков, личностных особенностей и способностей</p>
<p>2. Реализация плана тренинговых занятий, направленных на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование позитивных интересов и жизненных стратегий у несовершеннолетних; • расширение знаний о чувствах и эмоциях, формирование умения управлять своими чувствами и эмоциональными реакциями; • формирование навыков общения в различных жизненных ситуациях, развитие умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей; • осознание подростками собственной жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения 	<p>Снижение числа несовершеннолетних, находящихся в социально опасном положении</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Степень добровольной вовлеченности несовершеннолетних и их родителей в реабилитационные мероприятия. • Уровень удовлетворенности качеством предоставления социальных услуг. • Доля несовершеннолетних, снятых с учета в КДН и защите их прав при Администрации г. Когалыма с положительной динамикой. • Уменьшение факторов риска, приводящих к безнадзорности, правонарушениям. 	<ul style="list-style-type: none"> • Позитивные изменения в поведении несовершеннолетних, взаимоотношениях с семьей и окружающими людьми. • Удовлетворение разнообразных запросов детей во внеурочной работе
<p>3. Анализ эффективности подпрограммы</p>	<p>Тиражирование положительного опыта реализации программы в СМИ</p>	<p>Наличие отзывов на опубликованные материалы. Количество положительных отзывов о проведенных мероприятиях</p>	<p>Обогащение опыта специалистов учреждения по работе с детьми, находящимися в социально опасном положении</p>

Список литературы:

1. Анн, Л.Ф. психологический тренинг с подростками. Спб.: Питер, 2004 (Серия «Эффективный тренинг с подростками»)
2. Битянова, М. Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками. СПб., 2002.
3. Васильев, Н. Тренинг преодоления конфликтов. СПб.: Речь, 2003.
4. Грецов, А.Г. Тренинг общения для подростков. СПб.: Питер, 2007.
5. Колошина, Т.Ю. Арттерапия – исцеляющее искусство.- www.psyinst.ru
6. Истратова, О.Н. практикум по детской психотерапии: игры, упражнения, техники/Истратова О.Н. -Изд.2-е – Ростов н/Д: Феникс, 2008.
7. Психологическая диагностика: Учебник для вузов/Под ред. Акимовой М.К., Гуревича К.М. - СПб., Питер, 2007.
8. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие – Самара: БАХРАХ-М, 2002г – с. 77 – 78.
9. Соколов, Д. Сказки и сказкотерапия. М.: Эксмо – Пресс. – 2001
10. Стишенок, И.В. Сказка в тренинге. – СПб. – 2006

Психодиагностический инструментарий

Опросник «Личностный рост»

(методика Григорьева Д.В., Кулешова И.В., Степанова П.В.)

Цель: Выявить характер отношений подростка к людям, природе, Родине, труду и др.

Ход проведения. Педагог обращается к воспитанникам со словами: «Вам будет предложен ряд высказываний. Пожалуйста, прочитайте их и определите, насколько вы согласны или не согласны с ними. Оценить степень о согласия или несогласия можно в баллах (от «+4» до «-4»);

«+4» – несомненно, да (очень сильное согласие);

«+3» – да, конечно (сильное согласие);

«+2» – в общем, да (среднее согласие);

«+1» – скорее да, чем нет (слабое согласие);

«0» – ни да, ни нет;

«-1» – скорее нет, чем да (слабое несогласие);

«-2» – в общем, нет (среднее несогласие);

«-3» – нет, конечно (сильное несогласие);

«-4» – нет, абсолютно неверно (очень сильное несогласие). Постарайтесь быть искренними. Здесь не может быть «правильных» или «неправильных» оценок. Важно лишь, чтобы они отражали ваше мнение. Свои оценки вы можете занести в специальный бланк рядом с порядковым номером утверждения анкеты. Спасибо!»

1. Мне нравится, когда вся наша семья идет в гости, отмечает какой-нибудь праздник или просто собирается за общим столом.

2. Те, кто критикует происходящее в стране, не могут считаться настоящими патриотами.

3. Бродячих собак надо уничтожать, так как они могут быть опасны.

4. Любой конфликт можно уладить, не прибегая к силе.

5. Я способен с радостью выполнять разную работу.

6. То, что многие называют культурными ценностями прошлого, на деле часто оказывается примитивной старой рухлядью.

7. Не стоит на уроке обращаться к учителю с вопросами: они отвлекают от главного.

8. Человек, совершивший преступление, никогда не сможет измениться к лучшему.

9. Глупо брать на себя риск ради пользы другого человека.

10. Даже самые странные люди с самыми необычными увлечениями и интересами должны иметь право защищать себя и свои взгляды.

11. Спортивные занятия – жизненная необходимость для каждого человека.

12. Большинство моих сверстников предпочитает общаться с красивыми людьми.

13. Свои проблемы я стремлюсь решать самостоятельно, собственными силами.

14. Я смогу прожить счастливо, и не создавая собственной семьи.

15. Я многим обязан своей стране.

16. За новогодней елкой лучше сходить в лес, потому что там можно выбрать самую пушистую.

17. Люди, выступающие против войны, на самом деле трусоваты.

18. Физический труд – удел неудачников.

19. Внешний вид – показатель уважения не только к себе, но и к окружающим.

20. Я стремлюсь узнать значения незнакомых мне слов.

21. Стране станет легче, если мы избавимся от психически больных людей.

22. Мне жаль беспомощных людей и хочется им помочь.

23. Есть нации и народы, которые не заслужили, чтобы к ним хорошо относились.

24. Я считаю, что курение или алкоголь способны помочь мне расслабиться, снять напряжение.
25. Я часто чувствую разочарование от жизни.
26. Выбирая, люди часто ошибаются, но я не боюсь сделать ошибку, совершая выбор.
37. Без семьи и детей человек чувствует себя более свободным.
28. Я готов защищать свою Родину в случае серьезной опасности.
29. Держать животных в передвижных зверинцах – бесчеловечно.
30. Фильмы-боевики со стрельбой и кровью воспитывают мужество.
31. Домохозяйка тоже может быть творческим человеком.
32. Нецензурные выражения в общении – признак бескультурья.
33. Учеба – занятие для «ботаников».
34. Если ради справедливости надо убить человека, то это нормально.
35. Я испытываю сильные положительные эмоции, когда делаю кому-то подарок.
36. Большинство преступлений в нашем городе совершают приезжие.
37. От одной дозы наркотиков я не стану наркоманом.
38. Я очень сильно переживаю любые, даже незначительные, неудачи.
39. Я готов спорить с учителем, если считаю, что он не прав.
40. Я горжусь своей фамилией.
41. День Победы (9 мая) – праздник только для ветеранов и пожилых людей.
42. Ввоз редких экзотических животных из-за рубежа – нормальный способ заработать деньги.
43. На военнопленных не должны распространяться права человека.
44. Я хотел бы подрабатывать в свободное время, если это не будет мешать учебе.
45. Какое общение без бутылки «Клинского»!
46. Человек не может всего знать, поэтому я не беспокоюсь по поводу своего незнания некоторых важных вещей.
47. Лучше оправдать 10 преступников, чем казнить одного невиновного.
48. Люди, просящие милостыню, скорее всего, лживы и ленивы.
49. Судейство в отношении «наших» часто несправедливо, потому что россиян никто не любит.
50. Все состоявшиеся в жизни люди стараются поддерживать хорошую физическую форму.
51. Мне тяжело заводить знакомства с новыми людьми.
52. Для меня важно найти смысл собственной жизни.
53. Рассматривать старые семейные фотографии – занятие для чудаков.
54. Оказавшись за границей, я постараюсь, чтобы меня не воспринимали как россиянина.
55. Убирать чужой мусор на туристических стоянках – глупое занятие.
56. Идти на уступки – значит, проявлять слабость.
57. Хорошая учеба тоже серьезный труд.
58. Проявление вандализма – одна из форм протеста молодежи.
59. Мне нравится копаться в энциклопедиях, журналах, словарях: там можно найти много интересного.
60. Я не могу хорошо себя чувствовать, когда окружающие меня люди чем-то подавлены.
61. Я могу пожертвовать своим благополучием ради помощи незнакомому мне человеку.
62. Несправедливо ставить людей с темным цветом кожи руководителями над белыми людьми.
63. Я предпочту активный отдых сидению у телевизора или компьютера.

64. Я неловко себя чувствую в незнакомой компании.
65. Мои поступки часто зависят от внешних обстоятельств.
66. Человеку не обязательно знать свою родословную.
67. Бывает, что я испытываю сильное волнение, когда слышу песни о своей Родине.
68. Если учесть все «за» и «против», то хранение ядерных отходов принесет больше финансовой выгоды, чем экологического вреда.
69. Мы сильная военная держава, и именно поэтому нас должны уважать.
70. Субботник по очистке территории дома или школы – пережиток прошлого.
71. Я не могу представить русскую речь без мата.
72. Я думаю, что и без получения хороших знаний смогу в будущем сделать неплохую карьеру.
73. Попыток и издевательств не заслуживают даже отъявленные преступники, ведь они тоже люди.
74. Я готов помочь пожилому человеку только за вознаграждение.
75. Власти должны запретить доступ в нашу страну беженцам из экономически отсталых государств, так как их приток увеличивает уровень преступности.
76. Я думаю, что здоровье сегодня не самое главное в жизни.
77. Меня не угнетает временное одиночество.
78. Я чаще всего слежую за мнением большинства.
79. Меня огорчает то, что я не делаю для своих родителей всего, что мог бы.
80. Я хотел бы съездить в другие страны, но жить я предпочитаю в своей.
81. Я считаю, что носить шубы из натурального меха безнравственно.
83. Мне кажется, что в нашей стране слишком много оружия.
84. Я могу заставить себя делать работу, которая мне не нравится.
85. Я могу нахамить человеку, если он мне чем-то не нравится.
85. Телевидение в первую очередь должно быть средством развлечения и отдыха и только во вторую – источником информации о событиях в стране и мире.
86. Всех бомжей необходимо вылавливать и принуждать к работе.
87. Человеку свойственно никогда и ничего не делать без оглядки на собственную выгоду.
88. Истинной религией может быть только одна единственная религия.
89. Вкусовые качества продуктов питания, на мой взгляд, важнее их полезности.
90. В глубине души я знаю, что оцениваю себя низко.
91. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.

Бланк для ответов

1	11	21	31	41	51	61	71	81	91
2	12	22	32	42	52	62	72	82	
3	13	23	33	43	53	63	73	83	
4	14	24	34	44	54	64	74	84	
5	15	25	35	45	55	65	75	85	
6	16	26	36	46	56	66	76	86	
7	17	27	37	47	57	67	77	87	
8	18	28	38	48	58	68	78	88	
9	19	29	39	49	59	69	79	89	
10	20	30	40	50	60	70	80	90	

Обработка результатов:

Ответы подростков распределяются по 13 шкалам: им соответствуют 13 строк в заполняемом респондентом бланке для ответов. Результаты получаются путем сложения

баллов по каждой шкале.

1. Характер отношений подростка к семье показывают его оценки высказываний №№ 1, 14, 27, 40, 53, 66, 79. При этом в ответах на вопросы №№ 1, 40, 79 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 14, 27, 53, 66 знак меняется на противоположный.

2. Характер отношений подростка к Отечеству показывают его оценки высказываний №№ 2, 15, 28, 41, 54, 67, 80. При этом в ответах на вопросы №№ 15, 28, 67, 80 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 2, 41, 54 знак меняется на противоположный.

3. Характер отношений подростка к Земле показывают его оценки высказываний №№ 3, 16, 29, 42, 55, 68, 81. При этом в ответах на вопросы № 29, 81 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 3, 16, 15, 68 знак меняется на противоположный.

4. Характер отношений подростка к миру показывают его оценки высказываний №№ 4, 17, 30, 43, 56, 69, 82. При этом в ответах на вопросы №№ 4, 82 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 17, 30, 43, 69 знак меняется на противоположный.

5. Характер отношений подростка к труду показывают его оценки высказываний №№ 5, 18, 31, 44, 57, 70, 83. При этом в ответах на вопросы №№ 5, 31, 44, 57, 83 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 18, 70 знак меняется на противоположный.

6. Характер отношений подростка к культуре показывают его оценки высказываний №№ 6, 19, 32, 45, 58, 71, 84. При этом в ответах на вопросы №№ 19, 32 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 6, 58, 71, 84 знак меняется на противоположный.

7. Характер отношений подростка к знаниям показывают его оценки высказываний №№ 7, 20, 33, 46, 59, 72, 85. При этом в ответах на вопросы №№ 20, 59 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 7, 33, 72, 85 знак меняется на противоположный.

8. Характер отношений подростка к человеку как таковому показывают оценки высказываний №№ 8, 21, 34, 47, 60, 73, 86. При этом в ответах на вопросы №№ 47, 60, 73 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 8, 21, 34, 86 знак меняется на противоположный.

9. Характер отношений подростка к человеку как Другому показывают оценки высказываний №№ 9, 22, 35, 48, 61, 74, 87. При этом в ответах на вопросы №№ 22, 35, 61 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 9, 48, 74, 87 знак меняется на противоположный.

10. Характер отношений подростка к человеку как Иному, как к представителю иной национальности, иной веры, иной культуры показывают его оценки высказываний №№ 10, 23, 36, 49, 62, 75, 88. При этом в ответе на вопрос №10 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 23, 36, 49, 62, 75, 88 знак меняется на противоположный.

11. Характер отношений подростка к своему телесному Я показывают его оценки высказываний №№ 11, 24, 37, 50, 63, 76, 89. При этом в ответах на вопросы №№ 11, 50, 63 знак не меняется, В ответах же на вопросы №№ 24, 37, 76, 89 знак меняется на противоположный.

12. Характер отношений подростка к своему внутреннему миру, своему душевному Я показывают его оценки высказываний №№ 12, 25, 38, 51, 64, 77, 90. При этом в ответе на вопрос № 77 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 12,25,38,51,64,90 знак меняется на противоположный.

13. Характер отношений подростка к своему духовному Я показывают его оценки высказываний №№ 13, 26, 39, 52, 65, 78, 91. При этом в ответах на вопросы №№ 13, 26, 39, 52, 91 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 65, 78 знак меняется на противоположный.

Анализ результатов

Предлагаемое Вашему вниманию описание уровней развития отношения ребенка к той или иной ценности дает приблизительную, типизированную картину того, что стоит за ответами подростка на соответствующую группу вопросов. Это – не точный диагноз, это –

тенденция, повод для Вашего педагогического размышления.

В случае групповой диагностики при обобщении результатов не ограничивайтесь констатацией процентного распределения ответов по четырем уровням. Сделайте общую картину многогранной, отметьте для себя особо выдающиеся результаты.

В случае индивидуальной диагностики будьте предельно внимательны к ответам подростка. Осуществляя факторный анализ, обращайтесь внимание на то, какие его ответы «выпадают» из его же индивидуальной «нормы». Возможно, именно здесь – точка его личностного роста (или регресса).

И в том, и в другом варианте проведения диагностики, даже при наличии отрицательной тенденции, старайтесь подчеркнуть все имеющиеся положительные моменты.

Если Вам необходимо сделать результаты опроса достоянием гласности, будьте, пожалуйста, предельно тактичны. Помните: Вы не судите, Вы размышляете!

1. Отношение подростка к семье

От +5 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – ценность семьи высоко значима для подростка. Он дорожит семейными устоями, помнит о разных мелочах, приятных кому-то из семьи. Семейные праздники всегда проходят при его участии и помощи в подготовке. В будущем он хочет создать счастливую семью.

От +1 до +4 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – семья для подростка представляет определенную ценность, но сам факт наличия семьи, семейных традиций воспринимается им как естественный («а как же иначе?»). Подросток принимает участие в семейных праздниках, но без напоминания не всегда вспомнит о дне рождения кого-то из близких. Заботу родителей воспринимает как само собой разумеющееся. Он предполагает, что семья, которую он создаст в будущем, будет не похожа на ту, в которой он живет сейчас.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – отношение к семье у подростка, как правило, потребительское. Ему «должны» давать деньги на мелкие расходы и прощать шалости. Но если от родителей нужно что-то серьезное, подросток добьется этого любыми способами – лестью, ложью, послушанием. Сам он, скорее всего, считает, что никому ничем не обязан.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – семья не представляет для ребенка какой-либо ценности. Такое отношение проявляется в чувстве стыда за свою фамилию, сознательном неприятии принятых в семье норм поведения, представлений о жизни. Все это в будущем может негативно отразиться на его способности и желании создать собственную счастливую семью.

2. Отношение подростка к Отечеству

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подростку присущи вполне развитые чувства гражданственности и патриотизма. Для него Родина не абстрактная категория, а конкретная страна, где он собирается жить, которой он гордится. Он чувствует свою личную ответственность за судьбу страны. При этом подобные чувства вызваны не конъюнктурой, не модой на патриотизм, а являются глубоко личными, пережитыми.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток переживает чувство Родины как чувство родного дома, деревца. Однако ему кажется, что-то, что происходит в стране и на его «малой родине», имеет между собой мало общего. Он встает, когда звучит гимн, скорее, не по душевному порыву, а потому, что так принято. При необходимости подросток не откажется помочь ветеранам, хотя сам мощи может и не предложить.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток старается открыто не проявлять свое отношение к стране. К разговорам об её «убогости» он в

принципе равнодушен. Он может «правильно» выступить на тему гражданственности и патриотизма, но в зависимости от ситуации по-разному расставить акценты. Подросток умеет угадывать, в какой момент что «патриотично», а что нет. Ему кажется, что то, что происходит со страной и с ним самим, имеет между собой мало общего.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное) – можно предположить, что подростка отличает обывательское отношение к своей стране. Родина для него просто место, где он живет, и которое легко можно поменять на любое другое. Все успехи – это его собственные успехи, а в неудачах виновата страна («да разве в этой стране...»). Может быть, сам он не будет участвовать в осквернении памятников, но точно не осудит других, ведь память – это не то, за что можно получить дивиденды.

3. Отношение подростка к Земле (природе)

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подростка вполне развитое экологическое сознание. Для него естественно чувство жалости и сопереживания любым животным; он готов убирать лес и чистить водоемы, находя эти занятия увлекательными и важными лично для себя. И уж точно подберет и накормит брошенного щенка, не забудет полить цветы (совсем не из желания получить похвалу от взрослого, а из потребности ощущать гармонию мира, в котором живет).

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток заботится о животных, цветах, но главным образом о тех, которые принадлежат непосредственно ему. Экологические проблемы воспринимаются им как объективно важные, но при этом не зависящие от него лично. Он не будет сорить в лесу, если этого не делают другие. Примет вместе с группой участие в субботнике, но если есть возможность отказаться, то он ею, скорее всего, воспользуется.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – собственное мнение подростка об экологических проблемах зависит от конъюнктуры. Он предпочитает не обращать внимания на такие мелочи, как брошенный им мусор, подожженную урну. Ломая ветки в лесу, гоняя кошек и собак во дворе, он не задумывается о том, что делает. И уж тем более не отреагирует, если то же самое делают другие. Всех животных он делит на полезных и бесполезных, радующих его и вызывающих безразличное отношение.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – природа воспринимается подростком как предмет потребления. Отношение подростка к лесу, животным, водоемам продиктовано потребностью в собственном комфорте, а если получится, то и выгодой для себя. Он способен причинить боль животному ради простой забавы. Он с насмешкой относится к тем, кто проявляет уважение и любовь к «братьям нашим меньшим».

4. Отношение подростка к миру

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – у подростка наличествует четко выраженная пацифистская позиция. Он считает, что к насилию прибегают только слабые люди и государство. К проявлениям грубой силы он относится подчеркнуто отрицательно. Уверен, что всегда есть возможность уладить конфликт, не ущемляя при этом права других людей. Не боится идти на уступки.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток в целом разделяет идеи мира и ненасилия, но при этом считает, что в отдельных случаях применение силы оправданно. К проявлениям грубой силы он относится со смешанным чувством неприятия и страха. Подросток полагает, что в сложном современном мире надо всегда быть готовым к противостоянию, поэтому, к сожалению, нельзя обойтись без оружия. Он старается не идти на уступки, потому что не хочет показаться слабым в глазах окружающих.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток уверен, что мир можно поддерживать главным образом силой, угрозами, ультиматумами. Он рассматривает войну как один из естественных способов разрешения конфликтов. По его

мнению, сильный тот, кого боятся. Считает, что вокруг хватает потенциально враждебных людей и государств. Вряд ли он сам будет инициатором насильственного деяния, но сыграть роль «второго плана», скорее всего, не откажется.

От 4 -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – можно предположить, что для подростка не существует альтернативы – переговоры или военная операция. Война для него может быть ценностью – с помощью нее можно решить проблемы перенаселения и нехватки продуктов на всех. Он целиком и полностью на стороне силы, а все, кто пытается этому противостоять, для него «слабаки». Скорее всего, это касается и локальных (группе, двор, образовательное учреждение), и крупных конфликтов, где от него пока ничего не зависит.

5. Отношение подростка к труду

От +1 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подростка отличает трудолюбие во всем: от уборки в классном кабинете до чтения трудной книги. Он получает удовольствие от сложной, трудоемкой, даже нудной работы. Не считает зазорным помочь родителям по хозяйству, может сам предложить что-либо сделать. Подрабатывает он где-то или пока еще нет – в любом случае подросток этого не стыдится.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) - скорее всего, только престижная работа вызывает уважение подростка. Хотя если все окружающие заняты чем-то не престижным (например, уборкой территории во время субботника), то может и поучаствовать «за компанию». Он поможет и в домашних делах, но его будет раздражать, что это занимает столько времени.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток по возможности переложит часть своей работы на другого. Если узнает, что кто-то из одноклассников работает после занятий, то отреагирует, скорее всего, так: «Тебе что, делать нечего?!». В его представлении «грязная» работа – удел людей второго сорта или тех, кто не сумел устроиться в жизни. Сам-то он уж точно никогда за нее не возьмется.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – более-менее сложная работа вызывает у подростка отвращение. Он придумывает себе массу причин, по которым за нее не стоит браться. Подросток с удовольствием воспользуется плодами чужого труда, по возможности выдавая их за свои. Между трудолюбием и жизненным благополучием для него нет никакой связи.

6. Отношение подростка к культуре

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – культурные формы поведения, безусловно, лично значимы для подростка и деятельно реализуются им в повседневной жизни. Ему чужды хамство, «украшение» речи нецензурными оборотами, он внимателен и тактичен по отношению к другим людям. Он понимает необходимость сбережения того культурного достояния, которое досталось нам в наследство от прошлого, и категорически не приемлет вандализма.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток признает объективную ценность культурных форм поведения, но отнюдь не всегда руководствуется ими в своей повседневной жизни. Он наверняка хотел бы выглядеть «культурным человеком», но не готов прикладывать ежедневные усилия к этому. Он находит оправдание эпизодическим проявлениям со своей стороны хамства («я хамлю только в ответ»), неряшливости («ну и пусть встречают по одежке, зато провожают по уму»), нецензурной брани («сильные эмоции трудно выразить по-другому») и т. п. Вандалы антипатичны ему.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – культурные формы поведения рассматриваются подростком как нечто догматичное, идущее от мира взрослых, а потому обременяющее его повседневную жизнь. Он сторонник естественного выражения своих мыслей, чувств, желаний и считает, что культурная огранка только мешает ему быть таким, какой он есть. Слово «культура» наверняка ассоциируется у него с

телеканалом «Культура» и навевает непреодолимую скуку. Вряд ли он сам способен на акт вандализма, но и осуждать вандалов-сверстников, скорее всего, не станет.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – «культура» во всех своих формах вызывает у подростка неприятие и рассматривается как проявление лживости взрослого мира. Он наверняка знает, что представляют собой культурные формы поведения, но в своей повседневности реализует их с точностью до наоборот. Тактичность кажется ему проявлением слабости, хамство и нецензурная брань – силы, «потягивание пивка» под аккомпанемент матерщины – лучшим времяпрепровождением. Памятники прошлого воспринимаются им, вероятнее сак обыкновенная старая рухлядь, поэтому он совсем не против «скинуть их с парохода современности».

7. Отношение подростка к знаниям

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – перед вами любознательный человек, у которого есть устойчивое стремление к познанию нового. Подросток может быть «неудобен» учителю, так как много спрашивает на уроке, сомневается в, казалось бы, очевидных вещах. Он считает, что успешность профессионального роста, карьеры напрямую связана с глубиной знаний, и стремится к их получению.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток может неплохо учиться, но по своей инициативе вряд ли будет копаться в книгах, чтобы найти значение непонятого ему термина или факта. В его сознании знания и будущая карьера, конечно, связаны, но не прикладывать же для этого столько усилий!

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток никогда не спросит взрослого, если ему что-то непонятно. Откровенно не понимает, как по телевизору можно смотреть научно-популярные программы. Знания носят для него чисто утилитарный характер (выучил, ответил – значит, не нажил неприятностей).

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) - очевидно, потребность в получении знаний у подростка практически отсутствует. Он откровенно презирает тех, кто учится, считает их «ботаниками» – людьми, живущими неполноценной жизнью. Он уверен, что уровень и качество образования не окажут никакого влияния на его дальнейшую жизнь.

8. Отношение подростка к человеку как таковому

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – ценность человека, как он есть во всех своих проявлениях, безусловно, значима для подростка. Человеческая жизнь для него бесценна. Никакие соображения справедливости не могут оправдать «слез невинных». «Лес рубят, щепки летят» – это недопустимо для нашего героя. Он милосерден, способен к сочувствию, состраданию, прощению.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – ценность человека, может быть, и осмыслена подростком, но полноценно не прочувствована. Он может продемонстрировать свой гуманизм, но в глубине души отдельные категории людей (например, психически больные, попрошайки, бомжи) представляются ему теми, кто мешает ощущать радость жизни. Подросток допускает смертную казнь за самые тяжкие преступления. Когда на разных чашах весов оказываются торжество справедливости и «милость к падшим», он, скорее всего, выберет первое.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – скорее всего, подросток склонен делить людей на нормальных и ненормальных. К первым он относится вполне уважительно, может быть даже милосердным к ним; вторых же считает «недочеловеками» и хотел бы как можно реже с ними сталкиваться. Великой цели, по его мнению, нельзя добиться, не замавав рук. Принцип «лес рубят, щепки летят» вполне приемлем для подростка. При этом он одинаково не хочет быть ни «лесорубом», ни «щепкой», – скорее, «сборщиком» или «взальщиком дров».

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – человек как ценность, скорее всего, пустой звук для подростка. Он склонен к проявлениям жестокости в отношении других людей, презрительно относится к любым актам милосердия. «Слабаки» и «ненормальные», по его мнению, ухудшают нашу жизнь, тормозят рост благополучия, поэтому должны быть полностью изолированы от общества. Наверняка он считает, что справедливость, порядок, стабильность стоят того, чтобы ликвидировать психически больных, бомжей. Самое опасное, что от слов он может перейти к действиям.

9. Отношение подростка к человеку как к Другому

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подросток – подлинный альтруист. Он всегда готов помочь другим людям, даже незнакомым, не ожидая просьбы с их стороны. В своих действиях во благо других бескорыстен. Всегда готов помочь слабым, нуждающимся. Ради подобной помощи готов рисковать собственным благополучием. Любит дарить подарки «просто так».

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток не прочь оказать помощь нуждающимся, но предпочитает делать это тогда, когда его об этом попросят. Он осторожен в своих действиях во благо других, старается не подвергать риску собственное благополучие. Не доверяет искренности просящих милостыню, и если они оказываются поблизости от него, старается сделать вид, что их не замечает. Испытывает удовольствие, делясь подарками, но при этом в глубине души рассчитывает на ответный дар. Если этого не случается, расстраивается.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток лишь изредка думает о потребностях и чувствах других людей. В большинстве своем это те, от кого он в той или иной степени зависит. Бескорыстие кажется ему расточительством, он предпочитает все делать с выгодой для себя, умело это маскируя. Он уверен, что всякое доброе дело должно адекватно вознаграждаться, поэтому прежде чем сделать что-то доброе, не стесняется узнать, а «что ему за это будет».

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – подросток сосредоточен исключительно на собственной персоне, искренне полагает себя «центром вселенной». Не то чтобы делать, но даже думать о других не входит в его планы. Во всем он ищет выгоду, не очень-то это и скрывая. Бескорыстие кажется ему нелепостью, несусветной глупостью. Он склонен к злословию, циничному отношению к тем, кто в чем-то нуждается, кому необходима помощь. Все нищие для него – лентяи и лжецы. Гораздо больше, чем дарить, ему нравится принимать подарки, желательны дорогие и полезные.

10. Отношение подростка к человеку как Иному

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подросток признает права людей на иной, отличный от его собственного, образ жизни и свободное выражение своих взглядов. Он, безусловно, принимает иные культуры, положительно относится к культурным отличиям, восприимчив к любым проявлениям культурной дискриминации. Он стремится к пониманию, проникновению в суть других культур, способен избегать в их оценке культурных предрассудков и стереотипов. В нем также ощутимо стремление рассматривать иные культуры не со своей «колокольни», но сквозь призму ценностей и приоритетов самих этих культур.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток склонен к признанию и принятию культурного плюрализма, уважению самых разнообразных социокультурных групп, но при этом разделяет (зачастую неосознанно) некоторые культурные предрассудки, использует типы в отношении представителей тех или иных культур. Он не может самостоятельно увидеть многие, особенно скрытые, проявления культурной дискриминации в повседневной жизни. Ему трудно представить, с какими проблемами могут сталкиваться культурные меньшинства, мигранты или беженцы. Это объясняется непониманием Другого, неумением увидеть его изнутри, взглянуть на мир с

его точки зрения.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток на словах признает права других на культурные отличия, декларирует принцип равенства людей, но при этом испытывает личное неприятие отдельных социокультурных групп. Такой диссонанс между декларируемыми гуманистическими принципами и реальным проявлением нетерпимости подросток пытается оправдать ссылаясь на общественное мнение («все так считают»), аморальное поведение, якобы свойственное представителям этих групп («все они такие»), личный неудачный опыт взаимодействия с ними («я встречал таких людей и уверен, что...»). Эта позиция основана на культуроцентризме, ксенофобии, презумпции вины другого. Отрицая такие вопиющие проявления интолерантности, как фашизм, геноцид, сегрегация, человек при этом может легко навешивать на людей других культур ярлыки «недостойных уважения», «опасных».

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – подросток сознательно отказывается признавать, принимать и понимать представителей иных культур. Он склонен характеризовать культурные отличия как девиантность, не желает признавать равные права на существование тех, кто имеет иной физический облик или разделяет иные ценности. Зачастую он демонстративно враждебен и презрителен к таким людям, жаждет «очистить» от них пространство собственной жизни. Подросток не испытывает ни малейшего желания взглянуть на те или иные жизненные ситуации с точки зрения другой культуры.

11. Отношение подростка к своему телесному Я

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – для подростка ценность здоровья является приоритетной. Он понимает, что такое здоровый образ жизни, сознательно культивирует его и связывает с ним свои дальнейшие жизненные успехи. Он способен противостоять попыткам вовлечь его в процесс употребления табака, алкоголя, наркотических веществ и постарается не допустить этого в отношении других.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – ценность здоровья значима для подростка. Объективно он понимает важность здорового образа жизни, но субъективно ставит его не слишком высоко. Здоровье для него – естественное состояние, сама собой разумеющаяся «вещь», а не то, что требует специальных усилий. Пристрастие к вредным привычкам – извинительная слабость, а не проявление безволия. Возможно, в глубине души он полагает, что способен добиться жизненного успеха, не уделяя пристального внимания своей физической форме.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – ценность здоровья невысока в сознании подростка. Размышления и разговоры о здоровье и здоровом образе жизни он считает пустой тратой времени, уделом пенсионеров. Ему хочется хорошо, по-спортивному, выглядеть в глазах окружающих, но что-то делать для этого ему откровенно лень. Вредные привычки не кажутся ему такими уж вредными, наоборот, в них есть некая приятность, шарм. Он наверняка одобрительно усмехнется, услышав фразу «кто не курит и не пьет, тот здоровеньким помрет».

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – собственное здоровье, тем более здоровье окружающих, не представляет для подростка сколько-нибудь значимой ценности. Ему либо вовсе «наплевать» на свое физическое состояние, либо он ненавидит все то, что связано с его телесной жизнью (последний случай реален при условии низкого самопринятия подростка). Заботящихся о своем здоровье он презирает. Свои вредные привычки полагает делом абсолютно естественным и, может быть, даже гордится ими. При случае он не преминет высмеять все, что связано с темой здоровья, физической культуры и спорта.

12. Отношение подростка к своему душевному Я

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подросток принимает себя таким, какой он есть. Он верит в свои силы и возможности, честно относится к себе,

искренен в проявлении чувств. Комфортно чувствует себя даже в незнакомой компании. Он не боится одиночества, минуты уединения для него важны и плодотворны. Он переносит личные неурядицы, не боится показаться смешным.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – принимая себя в целом, подросток все же может испытывать неловкость по поводу некоторых своих особенностей. Он думает о себе как о человеке, который симпатичен для других, но некий червь сомнения и неуверенности и подтачивает его. Ему хотелось бы и сейчас, и в будущем гарантировать себя от попадания в смешные положения и ситуации. Он несколько тяготеет к уединенным положениям и по возможности старается чем-либо (прослушиванием музыки, просмотром видеофильмов и т. д.) заместить его.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток принимает себя таким, какой он есть, лишь в отдельные моменты повседневной жизни. Ему все время хочется «выпрыгнуть» из своей «шкуры», немедленно оказаться красивым, богатым и знаменитым. Его кумиры, как правило, именно такие. В глубине души он надеется на свою притягательность для других, но уверен, что они в первую очередь видят его недостатки. Одиночество одновременно и тягостно для него, и спасительно. В обществе сверстников он предпочитает быть на вторых ролях.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – подросток не принимает себя, считает себя заурядным и недостойным внимания других. Он ненавидит свое отражение в зеркале (свою речь, свою одежду и т.д.) Любое изменение ситуации воспринимает как потенциально катастрофичное для него по последствиям. Оказавшись в одиночестве, начинает заниматься «мазохистским самокопанием» и «самоедством». Собственная неполноценность является его навязчивой идеей. Он испытывает острое чувство вины за то, что он вообще есть, которое в будущем может обернуться болезненным стремлением доминировать над окружающими.

13. Отношение подростка к своему духовному Я

От +15 до +26 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подросток рассматривает себя как автора и распорядителя собственной жизни. Ощущение личной свободы крайне важно для него, и ради этого чувства он готов противостоять внешнему давлению. Он способен на самостоятельный и ответственный выбор. Для него очень важно найти смысл собственной жизни, которую он хочет прожить «по совести».

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток ощущает в себе возможность быть хозяином собственной жизни, однако полагает это реальным только в случае благоприятных внешних обстоятельств. Ему нравится чувствовать себя свободным, но он не готов рисковать собственным благополучием ради свободы. Выбор привлекателен для него, но он идет на него с оглядкой: возможность ошибки и ответственность настораживают его. Он признает объективную значимость категорий совести и смысла жизни, но в своей повседневности предпочитает руководствоваться иными, более прагматичными регуляторами.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подростку более импонирует роль ведомого, нежели автора и распорядителя собственной жизни. Он ищет общества людей, чья духовная сила могла бы «прикрыть» его нерешительность и неуверенность в себе. Старается по возможности уйти от выбора; при заметном внешнем давлении готов отказаться от личной свободы в пользу ощущения покоя и душевного комфорта. Склонен объяснять свои неудачи неблагоприятным течением обстоятельств. Муки совести тяготят его, поэтому предпочитает о своей совести не думать.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – подросток ощущает себя «пешкой» в окружающей его стихии жизни, заложником могущественных и неподвластных ему внешних сил. Он боится и избегает любого свободного действия. Ищет покровительства сильных мира сего и готов им довериться без оглядки. Он предпочитает

полную определенность и однозначность во всем и не хочет выбора. Верит и силу и непогрешимость большинства, ибо это спасает его от личной ответственности за себя и свою жизнь. Принцип его жизни – не высовываться.

ТЕСТ «КРЕАТИВНОСТЬ»**(Автор Н. Вишнякова)****Описание:**

Тест позволяет выявить уровень творческих склонностей личности и построить психологический креативный профиль, рефлексировав креативный компонент образа «Я реальный» и представление об образе «Я идеальный». Сравнение двух образов креативности «Я реальный» и «Я идеальный» позволяет определять креативный резерв и творческий потенциал личности. К диагностике креативности необходимо подходить как к «миниатюрной модели творческого акта» (П. Торранс), которая предоставляет возможность ориентации в уровне развития индивидуальной программы креативной личности. Применять созданный тест «Креативность» необходимо параллельно с проективными методиками и профессиональным наблюдением за процессом развития креативности в творческих формах деятельности. Диагностика креативности носит в основном ориентировочный разведывательный характер. Подлинное проявление креативности происходит в процессе продуктивной деятельности, когда по мере включения в творческий процесс и приобщения к созидательной деятельности человека постепенно происходят психокоррекция и самокоррекция, в ходе которых раскрывается и развивается креативный потенциал личности.

Обработка результатов:

Количество баллов по каждому индексу креативности определяется по ключу теста при суммировании полученных баллов. Если у испытуемого ответ на вопрос совпадает с ключом теста, он получает один балл по данному индексному показателю: «Я реальный» и «Я идеальный». Например, если на первый вопрос испытуемый ответил положительно (+) в графе «Я реальный» и «Я идеальный» и ключ ответа +, то по первому индексу М (творческое мышление) он получает по одному баллу, если отрицательно (-), то не получает баллы. Необходимо помнить, что ключ к тесту относится по каждому качеству не только к «Я реальный», но и к «Я идеальный».

Ключ:**Таблица результатов в баллах**

№ п/п	Индекс	Креативные качества	Всего баллов «Я реальный»	Всего баллов «Я идеальный»
1	М	Творческое мышление		
2	Л	Любознательность		
3	О	Оригинальность		
4	В	Воображение		
5	И	Интуиция		
6	Э	Эмоциональность, эмпатия		
7	Ю	Чувство юмора		
8	П	Творческое отношение к профессии		

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ:

Построение психологических профилей креативности «Я реальный» и «Я идеальный». Для построения психологических профилей креативности нарисуйте два круга «Я реальный» и «Я идеальный» и разделите каждый на восемь частей. Разметьте полученные отрезки оси с середины на десять равных частей. На них откладываются баллы, которые отмечаются точками на оси каждого креативного показателя. Они свидетельствуют об уровне восьми выделенных креативных склонностей, которые при соединении точек составляют психологический профиль креативности. Показатели верхней части круга (1,2,8) соответствуют сознательным, а нижние (4, 5, 6) - подсознательным процессам творческой личности. Показатели 3 и 7 относятся к пограничным сознательно-подсознательным психическим процессам. С целью определения резервов и творческого потенциала личности необходимо совместить эти круги, обозначив красной соединительной линией контуры психологического профиля креативности «Я идеальный» и синей - «Я реальный».

«Я реальный», «Я идеальный» - реальное и идеальное представление о креативности и творческих склонностях выполняет функцию регулятора самооценки и рефлексии. Однако следует учитывать, что у всех людей разное идеальное представление о своих творческих возможностях и они часто бывают завышенными или заниженными. Данная проблема является предметом обсуждения ее с психологом в процессе психологического консультирования с целью психокоррекции личности.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СКЛОННОСТИ К ОТКЛОНЯЮЩЕМУСЯ ПОВЕДЕНИЮ (А.Н.ОРЕЛ)

Описание теста:

Предлагаемая методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) является стандартизированным тест-опросником, предназначенным для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения. Опросник представляет собой набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на измерение готовности (склонности) к реализации отдельных форм отклоняющегося поведения.

Методика предполагает учет и коррекцию установки на социально желательные ответы испытуемых. Шкалы опросника делятся на содержательные и служебную. Содержательные шкалы направлены на измерение психологического содержания комплекса связанных между собой форм девиантного поведения, то есть социальных и личностных установок, стоящих за этими поведенческими проявлениями. Служебная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого давать о себе социально-одобряемую информацию, оценки достоверности результатов опросника в целом, а также для коррекции результатов по содержательным шкалам в зависимости от выраженности установки испытуемого на социально-желательные ответы.

Источник: Клейберг Ю.А. Социальная психология девиантного поведения: учебное пособие для вузов. -М., 2004. С.141-154

Инструкция к тесту

Перед вами имеется ряд утверждений. Они касаются некоторых сторон вашей жизни, вашего характера, привычек. Прочтите первое утверждение и решите верно ли данное утверждение по отношению к вам. Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, в квадратике под обозначением «да» поставьте крестик или галочку. Если оно неверно, то поставьте крестик или галочку в квадратике под обозначением «нет».

Если вы затрудняетесь ответить, то постарайтесь выбрать вариант ответа, который все-таки больше соответствует вашему мнению. Затем таким же образом отвечайте на все пункты опросника. Если ошибетесь, то зачеркните ошибочный ответ и поставьте тот, который считаете нужным. Помните, что вы высказываете собственное мнение о себе в настоящий момент.

Здесь не может быть «плохих» или «хороших», «правильных» или «неправильных» ответов. Очень долго не обдумывайте ответов, важна ваша первая реакция на содержание утверждений. Отнеситесь к работе внимательно и серьезно.

Небрежность, а также стремление «улучшить» или «ухудшить» ответы приводят к недостоверным результатам. В случае затруднений еще раз прочитайте эту инструкцию или обратитесь к тому, кто проводит тестирование. Не делайте никаких пометок в тексте опросника.

Тестовый материал Мужской вариант

1. Я предпочитаю одежду неярких, приглушенных тонов.
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.
4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.

5. Тот, кто в детстве не дрался, вырастает «маменькиным сынком» и ничего не может добиться в жизни.
6. Я бы взялся за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо платили.
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.
8. Иногда бывает, что я немного хвастаюсь.
9. Если бы мне пришлось стать военным, тоя хотел бы быть летчиком-истребителем.
10. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.
11. Только слабые и трусливые люди выполняют все правила и законы.
12. Я предпочел бы работу, связанную с переменами и путешествиями.
13. Я всегда говорю только правду.
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества -это вполне нормально.
15. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам.
16. Я думаю, что мне бы понравилось охотиться на львов.
17. Если меня обидели, то я обязательно должен отомстить.
18. Человек должен иметь право выпивать столько, сколько он хочет.
19. Если мой приятель опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.
20. Мне обычно затрудняет работу требование сделать ее к определенному сроку.
21. Иногда я перехожу улицу татам, где мне удобно, а не там, где положено.
22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если испытываешь сильное сексуальное (половое) влечение.
23. Я иногда не слушаюсь родителей.
24. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.
25. Я думаю, что мне понравилось бы заниматься боксом.
26. Если бы я мог свободно выбирать профессию, то стал бы дегустатором вин.
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.
29. Мое отношение к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь».
30. Я всегда покупаю билеты в общественном транспорте.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это невыгодно.
33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.
34. Правы люди, которые в жизни следуют пословиц: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».
35. Бывало, что я случайно попадал в драку после употребления спиртных напитков.
36. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после ряда обидных неудач.
37. Если бы в наше время проводились бы бои гладиаторов, то бы обязательно в них поучаствовал.
38. Бывает, что иногда я говорю неправду.
39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.
40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.
41. Если бы я родился в давние времена, то стал бы благородным разбойником.
42. Если нет другого выхода, то спор можно разрешить и дракой.
43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпил.

44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.
45. Если в кинофильме нет ни одной приличной драки - это плохое кино.
46. Когда люди стремятся к новым необычным ощущениям и переживаниям - это нормально.
47. Иногда я скучаю на уроках.
48. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.
49. Если человек раздражает меня, то готов высказать ему все, что я о нем думаю.
50. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.
51. Мне бы понравилась профессия дрессировщика хищных зверей.
52. Если уж ты сел за руль мотоцикла, то стоит ехать только очень быстро.
53. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.
54. Иногда я просто не могу удержаться от смеха, когда слышу неприличную шутку.
55. Я стараюсь избегать в разговоре выражений, которые могут смутить окружающих.
56. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.
57. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.
58. Мне больше нравится читать о приключениях, чем о любовных историях.
59. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.
60. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.
61. Меня раздражает, когда девушки курят.
62. Мне нравится состояние, которое наступает, когда в меру и в хорошей компании выпьешь.
63. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимал, что сейчас не время и не место.
64. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.
65. Мне легко заставить других людей бояться меня, и иногда ради забавы я это делаю.
66. Я смог бы своей рукой казнить преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.
67. Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни.
68. Я хотел бы поучаствовать в автомобильных гонках.
69. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.
70. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готов первым начать драку.
71. Я могу вспомнить случаи, когда я был таким злым, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
72. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.
73. Мне понравилось бы прыгать с парашютом.
74. Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.
75. Я редко даю сдачи, даже если кто-то ударит меня.
76. Я не получаю удовольствия от ощущения риска.
77. Когда человек в пылу спора прибегает к «сильным» выражениям - это нормально.
78. Я часто не могу сдерживать свои чувства.
79. Бывало, что я опаздывал на уроки.
80. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.
81. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.
82. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.
83. Иногда случалось, что я не выполнял домашнее задание.

84. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.
85. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
86. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.
87. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.
88. Наивные простаки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.
89. Иногда я бываю так раздражен, что стучу по столу кулаком.
90. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.
91. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знал, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.
92. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.
93. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.
94. Когда я злюсь, то мне хочется кого-нибудь ударить.
95. Я считаю, что люди должны полностью отказаться употребления спиртных напитков.
96. Я бы мог на спор влезть на высокую фабричную трубу.
97. Временами я не могу справиться с желанием причинить боль другим людям.
98. Я мог бы после небольших предварительных объяснений управлять вертолетом.

Ключ к тесту

Мужской вариант

1. Шкала установки на социально-желательные ответы: 2 (нет), 4 (нет), 6 (нет), 13 (да), 21 (нет), 23 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 47 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).
2. Шкала склонности к преодолению норм и правил: 1 (нет), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (нет), 59 (да), 61 (нет), 80 (да), 86 (нет), 88 (да), 91 (да), 93 (нет).
3. Шкала склонности к аддиктивному поведению: 14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 46 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).
4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению: 3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 16 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 37 (да), 39 (да), 51 (да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 76 (нет), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да).
- Клейберг Ю.А. Социальная психология девиантного поведения: учебное пособие для вузов. -М., 2004. С.141-154
5. Шкала склонности к агрессии и насилию: 3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 17 (да), 25 (да), 37 (да), 40 (нет), 42 (да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 70 (да), 71 (да), 72 (да), 75 (нет), 77 (да), 82 (нет), 89 (да), 94 (да), 97 (да).
6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций: 7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).
7. Шкала склонности к деликвентному поведению: 18 (да), 26 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 42 (да), 43 (да), 44 (да), 48 (да), 52 (да), 55 (нет), 61 (нет), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 86 (нет), 91 (да), 94 (да).

Женский вариант

1. Я стремлюсь в одежде следовать самой современной моде или даже опережать ее.
2. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должна сделать сегодня.
3. Если бы была такая возможность, то я бы с удовольствием пошла служить в армию.

4. Бывает, что иногда я ссорюсь с родителями.
5. Чтобы добиться своего, девушка иногда может и подраться.
6. Я бы взялась за опасную для здоровья работу, если бы за нее хорошо платили.
7. Иногда я ощущаю такое сильное беспокойство, что просто не могу усидеть на месте.
8. Я иногда люблю посплетничать.
9. Мне нравятся профессии, связанные с риском для жизни.
10. Мне нравится, когда моя одежда и внешний вид раздражают людей старшего поколения.
11. Только глупые и трусливые люди выполняют все правила и законы.
12. Я предпочла бы работу, связанную с переменами и путешествиями, даже если она опасна для жизни.
13. Я всегда говорю только правду.
14. Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества – это нормально.
15. Даже если я злюсь, то стараюсь никого не ругать.
16. Я с удовольствием смотрю боевики.
17. Если меня обидели, то я обязательно должна отомстить.
18. Человек должен иметь право выпивать, сколько он хочет и где он хочет.
19. Если моя подруга опаздывает к назначенному времени, то я обычно сохраняю спокойствие.
20. Мне часто бывает трудно сделать работу к точно определенному сроку.
21. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.
22. Некоторые правила и запреты можно отбросить, если чего-нибудь сильно хочешь.
23. Бывало, что я не слушалась родителей.
24. В автомобиле я больше ценю безопасность, чем скорость.
25. Я думаю, что мне понравилось бы заниматься каратэ или похожим видом спорта.
26. Мне бы понравилась работа официантки в ресторане.
27. Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.
28. Иногда мне так и хочется сделать себе больно.
29. Мое отношении к жизни хорошо описывает пословица: «Семь раз отмерь, один раз отрежь».
30. Я всегда плачу за проезд в общественном транспорте.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.
32. Я всегда выполняю обещания, даже если мне это не выгодно.
33. Бывает, что мне так и хочется выругаться.
34. Правы люди, которые в жизни следуют пословице: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».
35. Бывало, что я случайно попадала в неприятную историю после употребления спиртных напитков.
36. Я часто не могу заставить себя продолжать какое-либо занятие после обидной неудачи.
37. Многие запреты в области секса старомодны и их можно отбросить.
38. Бывает, что иногда я говорю неправду.
39. Терпеть боль назло всем бывает даже приятно.
40. Я лучше соглашусь с человеком, чем стану спорить.
41. Если бы я родилась в древние времена, то стала бы благородной разбойницей.
42. Добиваться победы в споре нужно любой ценой.

43. Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпила.
44. Одежда должна с первого взгляда выделять человека среди других в толпе.
45. Если в фильме нет ни одной приличной драки – это плохое кино.
46. Бывает я скучаю на уроках.
47. Если меня кто-то случайно задел в толпе, то я обязательно потребую от него извинений.
48. Если человек раздражает меня, то я готова высказать ему все, что о нем думаю.
49. Во время путешествий и поездок я люблю отклоняться от обычных маршрутов.
50. Мне бы понравилась профессия дрессировщицы хищных зверей.
51. Мне нравится ощущать скорость при быстрой езде на автомобиле и мотоцикле.
52. Когда я читаю детектив, то мне часто хочется, чтобы преступник ушел от преследования.
53. Бывает, что я с интересом слушаю неприличный, но смешной анекдот.
54. Мне нравится иногда смущать и ставить в неловкое положение окружающих.
55. Я часто огорчаюсь из-за мелочей.
56. Когда мне возражают, я часто взрываюсь и отвечаю резко.
57. Мне больше нравится читать о кровавых преступлениях или о катастрофах.
58. Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.
59. Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.
60. Я считаю вполне нормальным, если девушка курит.
61. Мне нравится состояние, которое наступает, когда выпьешь в меру и в хорошей компании.
62. Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимала, что сейчас не время и не место.
63. Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.
64. Некоторые люди побаиваются меня.
65. Я бы хотела присутствовать при казни преступника, справедливо приговоренного к высшей мере наказания.
66. Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни.
67. Если бы могла, то с удовольствием поучаствовала бы в автомобильных гонках.
68. Когда у меня плохое настроение, ко мне лучше не подходить.
69. Иногда у меня бывает такое настроение, что я готова первым начать драку.
70. Я могу вспомнить случаи, когда я настолько разозлилась, что хватала первую попавшуюся под руку вещь и ломала ее.
71. Я всегда требую, чтобы окружающие уважали мои права.
72. Мне бы хотелось из любопытства прыгнуть с парашютом.
73. Вредное воздействие алкоголя и табака на человека сильно преувеличивают.
74. Счастливы те, кто умирают молодыми.
75. Я получаю удовольствие, когда немного рискую.
76. Когда человек в пылу спора прибегает к ругательствам – это допустимо.
77. Я часто не могу сдерживать свои чувства.
78. Бывало, что я опаздывала на уроки.
79. Мне нравятся компании, где все подшучивают друг над другом.
80. Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.
81. Часто я не могу удержаться от спора, если кто-то не согласен со мной.
82. Иногда случалось, что я не выполняла школьное домашнее задание.
83. Я часто совершаю поступки под влиянием минутного настроения.
84. Бывают случаи, когда я могу ударить человека.
85. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался

безнаказанным.

86. Бывает, что мне приходится скрывать от взрослых некоторые свои поступки.

87. Наивные простачки сами заслуживают того, чтобы их обманывали.

88. Иногда я бываю так раздражена, что громко кричу.

89. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.

90. Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знала, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.

91. Когда я стою на мосту, то меня иногда так и тянет прыгнуть вниз.

92. Всякая грязь меня пугает или вызывает сильное отвращение.

93. Когда я злюсь, то мне хочется громко обругать виновника моих неприятностей.

94. Я думаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков.

95. Я бы с удовольствием покатила бы на горных лыжах с крутого склона.

96. Иногда, если кто-то причиняет мне боль, то это бывает даже приятно.

97. Я бы с удовольствием занималась в бассейне прыжками с вышки.

98. Мне иногда не хочется жить.

99. Чтобы добиться успеха в жизни, девушка должна быть сильной и уметь постоять за себя.

100. По-настоящему уважают только тех людей, кто вызывает у окружающих страх.

101. Я люблю смотреть выступления боксеров.

102. Я могу ударить человека, если решу, что он серьезно оскорбил меня.

103. Я считаю, что уступить в споре → то значит показать свою слабость.

104. Мне нравится готовить, заниматься домашним хозяйством.

105. Если бы я могла прожить жизнь заново, то я бы хотела стать мужчиной, а не женщиной.

106. В детстве мне хотелось стать актрисой или певицей.

107. В детстве я была всегда равнодушна к игре в куклы.

Ключ к тесту

Женский вариант

1. Шкала установки на социально-желательные ответы: 2 (нет), 4 (нет), 8 (нет), 13 (да), 21 (нет), 30 (да), 32 (да), 33 (нет), 38 (нет), 54 (нет), 79 (нет), 83 (нет), 87 (нет).

2. Шкала склонности к преодолению норм и правил: 1 (да), 10 (нет), 11 (да), 22 (да), 34 (да), 41 (да), 44 (да), 50 (да), 53 (да), 55 (да), 59 (да), 61 (да), 80 (да), 86 (нет), 91 (да), 93 (нет).

3. Шкала склонности к аддиктивному поведению: 14 (да), 18 (да), 22 (да), 26 (да), 27 (да), 31 (да), 34 (да), 35 (да), 43 (да), 59 (да), 60 (да), 62 (да), 63 (да), 64 (да), 67 (да), 74 (да), 81 (да), 91 (да), 95 (нет).

4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению: 3 (да), 6 (да), 9 (да), 12 (да), 24 (нет), 27 (да), 28 (да), 39 (да), 51 (да), 52 (да), 58 (да), 68 (да), 73 (да), 75 (да), 76 (да), 90 (да), 91 (да), 92 (да), 96 (да), 98 (да), 99 (да).

5. Шкала склонности к агрессии и насилию: 3 (да), 5 (да), 15 (нет), 16 (да), 17 (да), 25 (да), 40 (нет), 42 (да), 45 (да), 48 (да), 49 (да), 51 (да), 65 (да), 66 (да), 71 (да), 77 (да), 82 (да), 85 (да), 89 (да), 94 (да), 101 (да), 102 (да), 103 (да), 104 (да).

6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций: 7 (да), 19 (да), 20 (да), 29 (нет), 36 (да), 49 (да), 56 (да), 57 (да), 69 (да), 70 (да), 71 (да), 78 (да), 84 (да), 89 (да), 94 (да).

7. Шкала склонности к деликвентному поведению: 1 (да), 3 (да), 7 (да), 11 (да), 25 (да), 28 (да), 31 (да), 35 (да), 43 (да), 48 (да), 53 (да), 58 (да), 61 (да), 63 (да), 64 (да), 66 (да), 79 (да), 93 (нет), 98 (да), 99 (да), 102 (да).

8. Шкала принятия женской социальной роли: 3 (нет), 5 (нет), 9 (нет), 16 (нет), 18 (нет), 25 (нет), 41 (нет), 45 (нет), 51 (нет), 58 (нет), 61 (нет), 68 (нет), 73 (нет), 85 (нет), 93 (да), 95 (да), 96 (нет), 105 (да), 106 (нет), 107 (да).

Обработка результатов теста

Первый вариант обработки результатов теста

Внимание: со вторым вариантом обработки результатов существуют некоторые неточности, поэтому рекомендуем использовать именно этот вариант. Каждому ответу в соответствии с ключом присваивается 1 балл. Далее по каждой шкале подсчитывается суммарный балл, который сравнивается с тестовыми нормами.

При отклонении индивидуальных результатов исследуемого от среднего суммарного бала по шкале больше чем на 1S, измеряемую психологическую характеристику можно считать выраженной. Если индивидуальный суммарный балл исследуемого меньше среднего на 1S, то измеряемое свойство оценивается как мало выраженное. Кроме того, если известна принадлежность исследуемого к «делинквентной» популяции, то его индивидуальные результаты целесообразно сравнивать с тестовыми нормами, которые рассчитаны для «делинквентной» подвыборки.

Тестовые нормы методики СОП

«Нормальная» выборка «Делинквентная» выборка Шкалы М S M S

1 2,27 2,06 2,49 2,13

2 7,73 2,88 10,27 2,42

3 9,23 4,59 15,97 3,04

4 10,36 3,41 10,98 2,76

5 12,47 4,23 14,64 3,94

6 8,04 3,29 9,37 3,01

7 7,17 4,05 14,38 3,22

Второй вариант обработки результатов теста

Каждому ответу при соответствии с ключом присваивается один балл. Затем по каждой шкале подсчитывается первичный суммарный балл, который затем при необходимости подвергается коррекции в связи с действием фактора специальной желательности в соответствии с процедурой, описанной выше. Затем производится перевод «сырых» баллов в стандартные T-баллы. В том случае, если у пользователя имеются набранные им специализированные тестовые нормы, то перевод в стандартные T-баллы производится по формуле:

$$T=10 * (X_i - M) / (S + 50), \text{ где}$$

X_i - первичный («сырой») балл по шкале;

M - среднее значение первичного суммарного балла по шкале в выборке стандартизации;

S - стандартное отклонение значений первичных баллов в выборке стандартизации.

Варианты коэффициентов коррекции в зависимости от значений «сырого» балла по шкале № 1

Мужской вариант методики

В случае, если первичный балл по шкале № 1 меньше или равен 6 баллам для «обычных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

Для шкалы № 2 = 0,3

Для шкалы № 3 = 0,3

Для шкалы № 4 = 0,2

Для шкалы № 5 = 0,2

Для шкалы № 6 = 0,3

Для шкалы № 7 = 0,2

В случае, если первичный балл по шкале № 1 меньше или равен 6 баллам для «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

Для шкалы № 2 = 0,3

Для шкалы № 3 = 0,5

Для шкалы № 4 = 0,3

Для шкалы № 5 = 0,2

Для шкалы № 6 = 0,3

Для шкалы № 7 = 0,5

В случае, если первичный балл по шкале № 1 больше 6 баллов как для «обычных», так и для «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

Для шкалы № 2 = 0,7

Для шкалы № 3 = 0,6

Для шкалы № 4 = 0,4

Для шкалы № 5 = 0,5

Для шкалы № 6 = 0,3

Для шкалы № 7 = 0,5

Женский вариант методики

В случае, если испытуемые относятся к подвыборке «обычных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет

Для шкалы № 2 = 0,4

Для шкалы № 3 = 0,4

Для шкалы № 4 = 0,2

Для шкалы № 5 = 0,3

Для шкалы № 6 = 0,5

Для шкалы № 7 = 0,4

В случае, если испытуемые заведомо относятся к подвыборке «деликвентных» испытуемых, то коэффициент коррекции составляет:

Для шкалы № 2 = 0,4

Для шкалы № 3 = 0,4

Для шкалы № 4 = 0,3

Для шкалы № 5 = 0,4

Для шкалы № 6 = 0,5

Для шкалы № 7 = 0,5

Таблица норм при переводе «сырых» баллов в Т-баллы

Т-баллы

Шкалы «Сырой» балл

1 2 3 4 5 6 7

0 3 26 30

1 44 27 28 24 24 26 32

2 50 31 30 26 27 30 34

3 55 34 33 29 29 33 37

4 58 37 35 32 31 37 39

5 62 40 37 35 34 40 41

6 65 43 39 37 36 44 43

7 67 46 42 40 39 48 46

8 70 50 44 43 41 51 48

9 74 53 46 45 43 55 50

10 85 56 48 48 46 58 53

11 89 59 50 51 48 62 55

12 63 53 54 51 65 57
 13 66 55 56 53 69 59
 14 69 57 59 55 73 62
 15 72 59 62 58 77 64
 16 75 62 64 60 81 66
 17 78 64 67 62 85 68
 18 81 66 70 65 71
 19 84 68 72 67 73
 20 87 70 75 70 75
 21 90 72 78 72 77
 22 74 81 74 79
 23 76 84 77 81
 24 78 87 79 83
 25 80 90 81 85
 26 82 83 87
 27 84 85
 28 87
 29 89

Описание шкал и их интерпретация

1. Шкала установки на социальную желательность (служебная шкала)

Данная шкала предназначена для измерения готовности испытуемого представлять себя в наиболее благоприятном свете с точки зрения социальной желательности.

Показатели от 50 до 60 Т-баллов свидетельствуют об умеренной тенденции давать при заполнении опросника социально-желательные ответы. Показатели свыше 60 баллов свидетельствуют о тенденции испытуемого демонстрировать строгое соблюдение даже малозначительных социальных норм, умышленном стремлении показать себя в лучшем свете, о настороженности по отношению к ситуации обследования. Результаты, находящиеся в диапазоне 70-89 баллов говорят о высокой настороженности испытуемого по отношению к психодиагностической ситуации и о сомнительной достоверности результатов по основным шкалам. О восприятии ситуации как экспертной одновременно с умеренно высокими показателями по шкале №1 также свидетельствует их резкое понижение по основным диагностическим шкалам и повышение по шкале женской социальной роли. Для мужской популяции превышение суммарного первичного балла по шкале социальной желательности значения 11 первичных баллов свидетельствуют о недостоверности результатов по основным шкалам. Показатели ниже 50 Т-баллов говорят о том, что испытуемый не склонен скрывать собственные нормы и ценности, корректировать свои ответы в направлении социальной желательности. Отмечено также, что младшие подростки (14 лет и младше) не способны длительное время следовать установке на социально-желательные ответы. Одновременно высокие показатели по служебной шкале и по основным шкалам (кроме шкалы 8) свидетельствуют либо о сомнительной достоверности результатов, либо о диссоциации в сознании испытуемого известных ему и реальных норм поведения.

2. Шкала склонности к преодолению норм и правил

Данная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого к преодолению каких-либо норм и правил, склонности к отрицанию общепринятых норм и ценностей, образцов поведения.

Результаты, лежащие в диапазоне 50-60 Т-баллов, свидетельствуют о выраженности вышеуказанных тенденций, о неконформистских установках испытуемого, о его склонности противопоставлять собственные нормы и ценности групповым, о тенденции «нарушать спокойствие», искать трудности, которые можно было бы преодолеть.

Показатели, находящиеся в диапазоне 60-70 Т-баллов, свидетельствуют о чрезвычайной выраженности нонконформистских тенденций, проявлении негативизма и заставляют сомневаться в достоверности результатов тестирования по данной шкале.

Результаты ниже 50 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют о конформных установках испытуемого, склонности следовать стереотипам и общепринятым нормам поведения. В некоторых случаях при условии сочетания с достаточно высоким интеллектуальным уровнем испытуемого и тенденции скрывать свои реальные нормы и ценности такие оценки могут отражать фальсификацию результатов.

3. Шкала склонности к аддиктивному поведению

Данная шкала предназначена для измерения готовности реализовать аддиктивное поведение. Результаты в диапазоне 50-70 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют о предрасположенности испытуемого к уходу от реальности посредством изменения своего психического состояния, о склонностях к иллюзорно-компенсаторному способу решения личностных проблем. Кроме того, эти результаты свидетельствуют об ориентации на чувственную сторону жизни, о наличии «сенсорной жажды», о гедонистически ориентированных нормах и ценностях. Показатели свыше 70 Т-баллов свидетельствует о сомнительности результатов либо о наличии выраженной психологической потребности в аддиктивных состояниях, что необходимо выяснять, используя дополнительные психодиагностические средства. Показатели ниже 50 Т-баллов свидетельствуют либо о не выраженности вышеперечисленных тенденций, либо о хорошем социальном контроле поведенческих реакций.

4. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению

Данная шкала предназначена для измерения готовности реализовать различные формы аутоагрессивного поведения. Объект измерения очевидно частично пересекается с психологическими свойствами, измеряемыми шкалой № 3. Результаты, находящиеся в диапазоне 50-70 Т-баллов по шкале №4 свидетельствуют о низкой ценности собственной жизни, склонности к риску, выраженной потребности в острых ощущениях, о садомазохистских тенденциях. Результаты свыше 70 Т-баллов свидетельствуют о сомнительной достоверности результатов. Показатели ниже 50 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют об отсутствии готовности к реализации саморазрушающего поведения, об отсутствии тенденции к соматизации тревоги, отсутствии склонности к реализации комплексов вины в поведенческих реакциях.

5. Шкала склонности к агрессии и насилию

Данная шкала предназначена для измерения готовности испытуемого к реализации агрессивных тенденций в поведении. Показатели, лежащие в диапазоне 50-60 Т-баллов, свидетельствуют о наличии агрессивных тенденций у испытуемого. Показатели, находящиеся в диапазоне 60-70 Т-баллов, свидетельствуют об агрессивной направленности личности во взаимоотношениях с другими людьми, о склонности решать проблемы посредством насилия, о тенденции использовать унижение партнера по общению как средство стабилизации самооценки, о наличии садистических тенденций. Показатели свыше 70 Т-баллов говорят о сомнительной достоверности результатов. Показатели, лежащие ниже 50 Т-баллов, свидетельствуют о невыраженности агрессивных тенденций, о неприемлемости насилия как средства решения проблем, о не типичности агрессии как способа выхода из фрустрирующей ситуации. Низкие показатели по данной шкале в сочетании с высокими показателями по шкале социальной желательности свидетельствуют о высоком уровне социального контроля поведенческих реакций.

6. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций

Данная шкала предназначена для измерения склонности испытуемого контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций (Внимание! Эта шкала имеет обратный характер). Показатели, лежащие в пределах 60-70 Т-баллов,

свидетельствует о слабости волевого контроля эмоциональной сферы, о нежелании или неспособности контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций. Кроме того, это свидетельствует о склонности реализовывать негативные эмоции непосредственно в поведении, без задержки, о несформированности волевого контроля своих потребностей и чувственных влечений. Показатели ниже 50 Т-баллов по данной шкале свидетельствуют о невыраженности этих тенденций, о жестком самоконтроле любых поведенческих эмоциональных реакций, чувственных влечений.

7. Шкала склонности к деликвентному поведению

Название шкалы носит условный характер, так как шкала сформирована из утверждений, дифференцирующих «обычных» подростков и лиц с зафиксированными правонарушениями, вступавших в конфликт с общепринятым образом жизни и правовыми нормами.

На наш взгляд, данная шкала измеряет готовность (предрасположенность) подростков к реализации деликвентного поведения. Выражаясь метафорически, шкалы выявляет «деликвентный потенциал», который лишь при определенных обстоятельствах может реализоваться в жизни подростка. Результаты, находящиеся в диапазоне 50-60 Т-баллов, свидетельствуют о наличии деликвентных тенденций у испытуемого и о низком уровне социального контроля. Результаты выше 60 Т-баллов свидетельствуют о высокой готовности к реализации деликвентного поведения. Результаты ниже 50 Т-баллов говорят о невыраженности указанных тенденций, что в сочетании с высокими показателями по шкале социальной желательности может свидетельствовать о высоком уровне социального контроля. Необходимо также учитывать, что содержание и структура деликвентного поведения у юношей и девушек существенно отличаются и соответственно различаются пункты, входящие в шкалу деликвентности для женского и мужского видов методики.

**Тематический план
тренинговых занятий по программе «Пойми себя»,
направленных на формирование позитивных интересов,
личностный рост несовершеннолетних**

1.	«На старте» (знакомство, установление контакта между участниками, снятие барьеров, создание атмосферы доверия и сплочение группы)
2.	«В мире людей» (сплочение группы, повышение коммуникативной грамотности участников, обучение навыкам конструктивного общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей)
3.	«В море эмоций» (расширение знания участников о чувствах и эмоциях, развитие способности безоценочного принятия окружающих, обучение навыкам выражения собственных эмоций и чтения их у других людей)
4.	«В глубине души» (создание условий для самопознания, погружения в собственный внутренний мир и ориентации в нем)
5.	«Прошлое, настоящее, будущее» (создание условий, способствующих осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения)
6.	«Кто Я? Кто Ты?» (формирование понятия личности, границ личности, ее структуры и развития)
7.	«Познай себя» (формирование понятия о чувствах, умения осознавать, что происходит внутри себя, анализировать собственное состояние, развитие умения идентифицировать, выражать свои чувства)
8.	«Ценность моей и твоей личности» (развитие и личностный рост участников, расширение понятий о ценности личности, самооценке)
9.	«Радость общения» (формирование понятия о человеке как социальном существе; формирование навыков общения)
10.	«Человек как часть социума» Формирование навыков эмпатии, умения принимать и оказывать поддержку, разрешения конфликтных ситуаций. Самооценка и отношение к другим людям. Принятие себя и другого как личности.
11.	«Мальчишки и девчонки, а также их родители...» (формирование понятия о человеке как сексуальном существе. Проблемы межполового общения)
12.	«Право на свое мнение» (формирование понятий о групповом давлении и принятии собственного решения; развитие умения выражать и отстаивать собственное мнение, умения искать компромисс, умения противостоять групповому давлению)
13.	«Сумей сказать «Нет»!» (формирование навыков заботы о себе и защиты своего Я, границ личности; развитие умения говорить "Нет" и противостоять давлению со стороны)
14.	«Способы решения проблем» (формирование понятия о стрессе и поведении человека в стрессовых ситуациях. Формирование навыков оценки проблемной ситуации и принятия решения. Обучение способам решения проблем и личностных сложностей)
15.	«Что такое стресс и как с ним бороться» (расширение понятия о стрессе. Развитие

	когнитивной оценки проблемной или стрессовой ситуации)
16.	«Как уйти от конфликта?» (развитие умения преодолевать проблемные и стрессовые ситуации)
17.	«Перспективные цели» (формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их)
18.	«Осмысление жизни» (формирование понятия о морали и нравственности, о смысле жизни и личностных ценностях)
19.	«Мой жизненный путь»
20.	«Защити себя» (формирование умения защищать себя в различных ситуациях разными способами безконфликтного общения)
21.	«Выбор жизненных целей» (развитие умения планировать, ставить цели; поиск способов достижения цели)
22.	«Мое будущее» (формирование представлений о своем будущем; развитие умения анализировать свои действия и поступки с целью достижения успеха)
23.	«Финал» (подведение итогов, закрепление достигнутых результатов, завершение групповой работы, выход из контакта)

Примеры конспектов тренинговых занятий по программе «Пойми себя»

Занятие № 1: «На старте»

Цель: знакомство, установление контакта между участниками, снятие барьеров, создание атмосферы доверия и сплочение группы

Материал: спичечный коробок; пистолет; волейбольный мяч или др.; тест «Какой я в общении?»; листы; ручки; карандаши; иллюстрация; карточки с названиями животных.

1. Ритуал приветствия

«Давайте познакомимся». Позволяет участникам познакомиться друг с другом, привыкнуть, адаптироваться в новой среде. Упражнение проводится в кругу, каждый участник называет себя по имени (если хочет, то что-то рассказывает о себе, своем имени).

«Снежный ком». Способствует запоминанию имен всех участников группы. Первый участник (например, слева от ведущего) называет свое имя. Следующий - повторяет его, затем называет свое. Третий участник повторяет два имени и называет свое. И так по кругу. Упражнение заканчивается, когда первый участник назовет по именам всю группу.

«Мое имя». Способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника. Каждый участник говорит по кругу о том, какое звучание его имени ему больше нравится (Лена, Леночка, Алена, Елена ...), и как не нравится. Как он хочет, чтобы его называли в группе. После этого упражнения можно опять повторить, кого как будут теперь звать в группе (Лена или Леночка и т.д.).

2. Испорченный телефон

Дети встают в цепочку. Психолог встает в конце цепочки. Таким образом, все дети повернуты к нему спиной. Хлопком по плечу он предлагает повернуться к нему лицом, стоящему впереди подростку. Затем он жестами показывает какой-либо предмет (спичечный коробок, пистолет, волейбольный мяч и пр.). Первый участник поворачивается лицом ко второму и также хлопком по плечу просит его повернуться и показывает предмет, второй передает третьему, третий — четвертому и т. д. Последний участник показывает предмет.

Условия: все делается, молча, используются только жесты, можно лишь попросить повторить, участники не должны поворачиваться до тех пор, пока предыдущий участник не хлопнет их по плечу.

3. Какой я в общении?

Слово «диагноз» скорее медицинское, чем психологическое, но для нас оно будет означать возможность узнать о себе что-то новое. Для более продуктивной работы во время занятия вам необходимо в самом начале получить исходную информацию об уровне вашей коммуникабельности, общительности.

Мы это сделаем с помощью небольшого теста «Какой я в общении?»

Поэтому внимательно прочтите предложенные вам вопросы теста и ответьте на них с предельной искренностью и откровенностью. При этом вам следует отвечать «да», «да и нет», «нет». Выбирайте один из вариантов ответа, особенно не думайте над каждым вопросом. Еще раз обращаю ваше внимание на необходимость отвечать откровенно, так как это нужно, прежде всего вам. А теперь сами вопросы:

Много ли у тебя друзей?

Всегда ли ты можешь поддержать беседу в обществе друзей?

Можешь ли ты преодолеть замкнутость, стеснительность в общении с людьми?

Бывает ли тебе скучно наедине с самим собой?

Всегда ли ты можешь найти тему для разговора при встрече со знакомым?

Можешь ли скрыть свое раздражение при встрече с неприятным тебе человеком?

Всегда ли умеешь скрыть плохое настроение, не срывая злость на близких?
 Умеешь ли сделать первый шаг к примирению после ссоры с другом?
 Можешь ли удержаться от резких замечаний при общении с близкими людьми?
 Способен ли пойти в общении на компромисс?
 Умеешь ли в общении ненавязчиво отстаивать свою точку зрения?
 Воздерживаешься ли ты в разговоре от осуждения знакомых в их отсутствие?
 Если узнал о чем-то интересном, возникает ли желание рассказать об этом друзьям?
 Спасибо за искренность и откровенность!

Обработка результатов.

За каждый положительный ответ, т.е. «да», поставьте себе 3 очка. За каждый ответ «да и нет» — 2 очка. За каждый отрицательный ответ «нет» — 1 очко. А теперь суммируйте свои очки.

Интерпретация результатов

От 30 до 39 очков. Ты человек общительный, испытывающий большое удовлетворение от контактов с близкими, знакомыми и незнакомыми людьми. Ты интересен в общении, чаще всего ты «душа общества», друзья и знакомые ценят тебя за умение выслушать, понять, дать совет. Но не переоценивай своих возможностей, иногда ты бываешь просто болтлив. Будь внимателен к собеседникам, следи за их реакцией, старайся не стать навязчивым.

От 20 до 29 очков. Ты в меру общительный человек, но в общении испытываешь некоторые затруднения. Друзей у тебя мало, со знакомыми не всегда можешь найти общий язык. Иногда в разговоре бываешь несдержанным, неуравновешенным. Следует быть искренним, внимательным, доброжелательным по отношению к своим собеседникам. Кроме того, не мешало бы преодолеть некоторую неуверенность в себе.

До 20 очков. Ты человек стеснительный, замкнутый, в кругу знакомых в основном отмалчиваешься, общению с людьми предпочитаешь одиночество. Однако это вовсе не означает, что у тебя нет друзей и знакомых. Вполне вероятно, они ценят тебя за умение выслушать, понять, простить. Но, если тебе хочется свободно высказывать свою точку зрения, спорить на равных, стать интересным собеседником, следует, преодолев свою застенчивость, быть искренним в споре, активно поддерживать беседу. А чтобы высказывания не показались неуместными, тебе следует развивать и совершенствовать навыки общения. Кроме того, возможно, ты слишком критически относишься к себе, к своим знаниям, умениям, способностям.

4. Умение вести разговор — это талант

Если хочешь заинтересовать другого человека разговором, старайся расположить его к себе с первой же минуты, с первых же слов. Непременное условие взаимопонимания в общении — участливое, доброе отношение к собеседнику. Мне кажется, что добрый человек — это такой человек, который обладает воображением и понимает, каково другому, умеет почувствовать, что чувствует другой. Задумайся, а умеешь ли ты разговаривать с людьми, например в компании друзей, знакомых?

Сейчас многие этого не умеют. Наверное, ты можешь припомнить такую ситуацию: пришли в гости к знакомым или собралась где-то компанией, думали дружески поговорить, обсудить самые разнообразные, интересные всем проблемы. А разговор не получился. Почему?

Все говорят одновременно (и ты тоже!), шумно, с увлечением, каждый — о своем, и друг друга не слушают. И в результате — никакого удовольствия от встречи. А это так обидно. Воспитанный человек умеет разговаривать в компании, он уважает собеседника или собеседников, а поэтому с интересом выслушивает их, не торопится с собственными высказываниями.

К. Морли остроумно заметил, что «существует только один способ стать хорошим

собеседником — уметь слушать».

Вероятно, тебе, как и каждому, есть над, чем задуматься. Ты должен научиться культурно спорить. При этом помни, что в споре может родиться истина и он имеет какой-то смысл только в том случае, если идет обсуждение того или иного факта, явления, ситуации, если выслушиваются аргументы «за» и «против», сопоставляются мнения. Самое трудное в споре — иметь четкое представление о своей точке зрения. О позиции, которую ты защищаешь. Быть может, и с тобой так бывало, когда ты просто навязывал свое мнение, делал это упорно, не заботясь о доказательствах, не слушая возражений и, главное, не интересуясь ими. А ты никогда не воспринимал возражения как личную обиду?

Тут уж забывается предмет спора, да и не спор это. Между тем культура поведения в споре предполагает необходимость внимательно выслушивать и другую сторону, с уважением относиться к другой точке зрения.

5. Общение — это...

А. Невербальное общение. «Передай другому».

Дети сидят в кругу и по очереди каждый без слов передает соседу какой-либо воображаемый предмет. Сосед должен «взять» его соответствующим образом и назвать.

Затем он предлагает уже другой, свой предмет следующему по кругу. Упражнение повторяется, пока все не примут участие.

Обсуждение.

Легко или трудно было передавать предмет?

Кому легко?

А в чем были трудности?

Легко или трудно было отгадывать предмет?

Кому было легко? '

А в чем заключались трудности?

Б. Наблюдательность в общении. «Что помню?»

Один из детей (по желанию) садится спиной к аудитории. Остальные вслух загадывают одного из присутствующих. Задача водящего — как можно подробнее описать внешний вид загаданного. Когда описание будет закончено, члены группы могут дополнить описание своими наблюдениями. После этого кто-либо другой садится спиной к аудитории, загадывается новый человек и процедура повторяется. Смена водящего происходит еще несколько раз.

Обсуждение.

Легко или трудно было описывать внешность?

В чем были трудности?

Почему?

Что легче всего вспоминается?

Что труднее?

Кому было легко выполнять это упражнение?

Почему?

В. Умение слушать другого. «Спина к спине».

Двое детей (по желанию) садятся на стулья спиной друг к другу. Их задача — вести диалог на какую-либо интересующую обоим тему в течение 3-5 минут. Остальные дети играют роль молчаливых зрителей.

Обсуждение.

Дети делятся своими ощущениями.

Легко ли было вести разговор?

В чем были трудности?

Есть ли удовлетворение от разговора?

Зрители высказывают свои наблюдения.

Можно повторить упражнение еще с одной парой участников.

Г. Точная передача информации. «Пересказ текста».

Сейчас все вы покинете комнату, останется только один человек. Ему я прочитаю текст. После этого я приглашу в комнату второго участника, и первый перескажет ему текст, который только что прослушал. Затем я приглашу в комнату третьего участника. Второй расскажет ему то, что рассказали ему. Затем я позову следующего и так до тех пор, пока все участники не окажутся в комнате. Просьба ко всем внимательно слушать каждого участника.

Затем выполняется упражнение согласно инструкции.

Текст подбирается психологом произвольно. Желательно, чтобы он был малознакомым. Хорошо подходят газетные заметки из рубрики «Информация». Необходимо, чтобы было два-три героя и определенная протяженность действия. Объем текста — около 50 строк. (Психологу следует иметь запасной вариант текста, на случай повтора упражнения.)

Обсуждение.

За счет чего произошло искажение информации?

Что «своего» каждый внес в рассказ?

Бывает ли так в жизни?

Что надо делать, чтобы искажения были минимальными?

6. Как укреплять свою коммуникабельность

Облегчите другим общение с вами, идя им навстречу. Для этого внимательно изучите следующие рекомендации и следуйте им. И вы будете «душой общества».

Серьезно ищите себе друзей.

Открыто проявляйте интерес к другому человеку.

Идите навстречу людям с открытым сердцем.

Улыбайтесь до того, как начнете говорить.

Спрашивайте других об их интересах.

Сначала представляйтесь сами, называя свое имя.

Задавайте человеку вопросы.

Сами говорите меньше.

Отвечайте на каждый заданный вам вопрос.

Помогайте другим преодолевать трудности.

Проявляйте сердечность.

Будьте спокойны и невозмутимы.

Будьте терпимы и оптимистичны.

Говорите четко и членораздельно мелодичным голосом.

Смотрите на человека заинтересованно.

Проявляйте понимание.

Внимательно слушайте собеседника.

Запоминайте то, что говорил собеседник.

Держите себя спокойно и уверенно.

Крайне осторожно высказывайте свою точку зрения.

7. Успех в общении

Чем же определяется успех в общении? Обычный ответ: знаниями, эмоциональностью, техникой разговора, умением найти «общий язык», правильно слушать собеседника и многим другим. Все это правильно.

8. Гость

Группе предъявляется иллюстрация. Детям предлагается угадать, каким будет задание в данном упражнении. Раздавая материалы, психолог просит детей представить, что они беседуют с гостем. Им может быть кто-то, кого они знают, или же некто, с кем им

хотелось бы познакомиться. Дети рисуют себя, своего гостя и угощение. В пространстве для слов над столом они записывают воображаемую беседу.

Обсуждение.

Дети рассказывают, почему они выбрали именно этого гостя к обеду. Психолог помогает им сфокусироваться на том, чем интересен для них данный человек. Дети описывают обед, зачитывают текст беседы и подробно излагают ее. Психолог поощряет остальных к тому, чтобы больше и подробнее спрашивать о госте, угощении и о беседе.

9. Найди свою пару

Я раздам вам карточки, на которых написано название животного. Названия повторяются на двух карточках. К примеру, если вам достанется карточка, на которой будет написано «слон», знайте, что кого-то есть карточка, на которой тоже написано «слон».

Прочтите, пожалуйста, что написано на вашей карточке. Сделайте это так, чтобы надпись видели только вы. Теперь карточку можно убрать. Задача каждого — найти свою пару. При этом можно пользоваться любыми выразительными средствами, нельзя только ничего говорить и издавать характерные звуки «вашего животного». Другими словами, все, что мы будем делать, мы будем делать молча. Когда вы найдете свою пару, останьтесь рядом, но продолжайте молчать, не переговаривайтесь. Только когда все пары будут образованы, мы проверим, что у нас получилось.

10. Ритуал прощания

Заканчиваются все дни тренинга одним и тем же прощанием. Эта процедура единого прощания объединяет детей и связывает все дни тренинга в единую программу.

В первый день тренинга детям предлагается выработать единый для всех дней ритуал прощания, который должен содержать в себе взаимодействие (всеобщее рукопожатие, похлопывание по плечу, встать в круг и, положив руки на плечи друг к другу).

Занятие №2 «В мире людей»

Цель: сплочение группы, повышение коммуникативной грамотности участников, обучение навыкам конструктивного общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.

1 Ритуал приветствия.

Ведущий предлагает участникам тренинга по кругу сказать слова приветствия и пожелания для активного участия в последующей работе в группе.

2. Упражнение «Рекламный ролик»

Инструкция:

- Всем нам хорошо известно, что такое реклама. Ежедневно мы множество раз видим рекламные ролики на экранах телевизоров и имеем представление, какими разными могут быть презентации того или иного товара. Поскольку мы все потребители рекламируемых товаров, то не будет преувеличением считать нас специалистами по рекламе. Вот и представим себе, что здесь мы собрались для того, чтобы создать свой собственный ролик для какого-то товара. Наша задача представить этот товар публике так, чтобы подчеркнуть его лучшие стороны, заинтересовать им. Все как в обычной деятельности рекламной службы.

Но один маленький нюанс, объектом нашей рекламы будут являться конкретные люди, сидящие здесь, в этом кругу. Каждый из вас вытянет карточку, на которой написано имя одного из участников группы. Может оказаться, что вам достанется карточка с вашим собственным именем. Ничего страшного! Значит, вам придется рекламировать самого себя. В нашей рекламе будет действовать еще одно условие: вы не должны называть имя человека, которого рекламируете. Более того, вам предлагается представить человека в качестве какого-то товара или услуги. Придумайте, чем мог бы оказаться ваш протеже,

если бы его не угораздило родиться в человеческом облике. Может быть холодильником? Или загородным домом? Тогда что это за холодильник? И каков этот загородный дом?

Назовите категорию населения, на которую будет рассчитана ваша реклама. Разумеется в рекламном ролике должны быть отражены самые важные и истинные достоинства рекламируемого объекта. Длительность каждого рекламного ролика не более одной минуты. После этого группа должна будет угадать, кто из ее членов был представлен в этой рекламе.

При необходимости можете использовать в качестве антуража любые предметы, находящиеся в комнате, и просить других игроков помочь вам.

Время на подготовку десять минут.

1 Упражнение «Говорю, что вижу»

Инструкция:

Описание поведения означает сообщение о наблюдаемых специфических действиях других людей без оценивания, то есть без приписывания им мотивов действий, оценки установок, личностных черт. Первый шаг в развитии высказываться в описательном ключе, а не форме оценок – улучшение умения наблюдать и сообщать о своих наблюдениях, не давая оценок. Описательные высказывания, в отличие от оценочных высказываний, вызывают у партнера общения большее желание понять и изменить свое поведение. К примеру : «Лена, ты неряха» – это оскорбление, оценка. «Лена, ты не убрала свою постель» – описание поведения.

Сидя в круге, сейчас вы наблюдаете за поведением других и, по очереди, говорите, что в видите относительно любого из участников. К примеру: «Коля сидит, положив ногу на ногу», «Катя улыбается».

Информация для ведущего:

Ведущий следит за тем, чтобы не использовались оценочные суждения и умозаключения. После выполнения упражнения обсуждается, часто ли наблюдалась тенденция использовать оценки, было ли сложным это упражнение, что чувствовали участники.

2. Упражнение «Официант, в моем супе муха!»

Участникам группы предлагается поучаствовать в конфликтной ситуации, случившейся в одном из дорогих ресторанах.

Дайте каждому из участников по одному из ниже приведенных сценариев, чтобы ознакомиться.

Объясните, что упражнение представляет собой ролевую игру, призванную продемонстрировать некоторые аспекты общения.

Попросите двух исполнителей выйти и встать так, чтобы все могли их видеть и слышать, после чего начните игру.

После проигрывания ситуации следует обсудить впечатления, мнения, переживания, возникшие у участников сцены, а затем наблюдения остальных членов группы. Если позволит время и найдутся желающие, упражнение можно повторить, но с другими участниками.

РОЛЬ А

Вы путешествуете по чужой стране. Сегодня, обедая в весьма дорогом ресторане, вы обнаружили в супе нечто, похожее на часть насекомого. Вы пожаловались официанту, но тот уверял, что это не насекомое, а специи. Вы не согласились и пожелали переговорить с управляющим. И вот управляющий подходит к вашему столику.

РОЛЬ Б

Вы управляющий очень хорошим рестораном. Цены могут показаться высокими, но качество обслуживания в высшей степени оправдывает их. У вашего ресторана хорошая репутация, и он привлекает многих иностранцев. Сегодня в ваш ресторан пришел

пообедать иностранец, и один из новых официантов подал ему суп. Возникли какие-то претензии, и официант передал вам, что иностранец желает с вами переговорить. Итак, вы направляетесь к его столику.

Анализ:

1. Жаловался ли А? Отменил ли он заказ? Отказался ли заплатить за суп?

2. Вник ли Б в суть проблемы? Преодолил ли непонимание сторонами друг друга? Выразил ли искреннее сожаление? Принес ли вежливые извинения?

3. Удалось ли сторонам дать объяснения, воспринять их и разрешить проблему к обоюдному удовлетворению?

4. Мог ли А изложить свою жалобу ясно и внятно? Ролевая игра может быть использована для демонстрации культурной специфики в человеческом поведении: К примеру одинаково ли выражают мужчины и женщины одну и ту же жалобу?

5. Ритуал прощания. Завершение:

Никто не в силах указать «наилучший способ» решения проблем, которыми сопровождается общение с иностранцами, однако обсуждение данной ролевой игры может помочь участникам увидеть широкие возможности для этого.

Занятие №3 «В море эмоций»

Цель: расширение знания участников о чувствах и эмоциях, развитие способности безоценочного принятия окружающих, обучение навыкам выражения собственных эмоций и чтения их у других людей

Материалы: старые газеты или что-то подобное; клейкая лента, которой можно будет обозначить линию, разделяющую две команды.

1. Упражнение «Называем чувства»

Инструкция:

Давайте посмотрим, кто может назвать больше слов, обозначающих разные чувства.

По очереди называйте слова и записывайте их на лист ватмана

Информация для ведущего:

Целью является обогащение словаря эмоций у участников. Можно проводить это упражнение как соревнование между двумя командами или же как общегрупповой «мозговой штурм». Результат работы группы – лист ватмана с написанными на нем словами можно использовать на протяжении всего занятия. По ходу работы в этот список можно вносить новые слова – это словарь, отражающий эмоциональный опыт группы.

Обсуждение:

Какое из названных чувств тебе нравится больше других? Какое, по-твоему, самое неприятное чувство? Какое из названных чувств знакомо тебе лучше (хуже) всего?

2. Упражнение «Шурум-бурум»

Водящему предлагается загадать чувство, а затем только с помощью интонации, отвернувшись от круга и, произнося только слова «шурум-бурум», показать задуманное им чувство.

3. Упражнение «Бумажные мячики (снежки)»

Материалы:

Старые газеты или что-то подобное; клейкая лента, которой можно будет обозначить линию, разделяющую две команды.

Инструкция:

Возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него хороший, достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь, пожалуйста на две команды, и пусть каждая выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По моей команде вы начнете бросать мячи на сторону противника.

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду «Стоп!», вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию.

4. Ритуал прощания. Завершение.

Занятие №4 «В глубине души»

Цель: создание условий для самопознания, погружения в собственный внутренний мир и ориентация в нем

1. Ритуал приветствия. Упражнение «Волшебная рука»

Каждый участник группы на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем обводит свою руку карандашом. На каждом пальце предлагается написать какое-либо свое качество, можно раскрасить пальцы в разные цвета. Затем «ладошки» пускаются по кругу и другие участники между пальцев могут написать другие качества, которые присущи тому, чья ладошка.

Обсуждение:

Что нового ты узнал о себе? Акцент при обсуждении ставится на том, что есть доля правды о нас и в том, как мы себя воспринимаем, и в том, как видят нас другие люди.

2. Упражнение «Волшебная лавка»

Участники могут сосредоточиться на представлении о себе, о своих особенностях и на их анализе, обдумывании, чтобы им хотелось изменить. Упражнение позволяет прийти к мысли: чтобы приобрести что-то новое, нам всегда приходится платить. Также участники могут задуматься о существенных для них жизненных целях.

Инструкция:

- Я хочу предложить вам упражнение, которое даст вам возможность посмотреть на самих себя. Устройтесь поудобнее. Несколько раз глубоко вдохните и выдохните и полностью расслабьтесь. Представьте себе, что вы идете по узенькой тропинке через лес. Вообразите окружающую вас природу. Осмотритесь вокруг. Сумрачно или светло в окружающем вас лесу? Что вы слышите? Какие запахи вы ощущаете? Что вы чувствуете? Внезапно тропинка поворачивает и выводит вас к какому-то старому дому. Вам становится интересно, и вы заходите внутрь. Вы видите полки, ящики. Повсюду стоят сосуды, банки, коробки. Это – старая лавка, причем волшебная. Теперь представьте, что я – продавец этой лавки. Добро пожаловать! Здесь вы можете приобрести что-нибудь, но не вещи, а черты характера, способности – все, что пожелаете. Но есть еще одно правило: за каждое качество, ваше желание, вы должны отдать что-либо, другое качество или от чего-то отказаться. Тот, кто пожелает воспользоваться волшебной лавкой, может подойти ко мне и сказать, чего он хочет. Задам вопрос: «А что ты отдашь за это?» он должен решить, что это будет. Обмен состоится, если кто-либо из группы захочет приобрести это качество, способность, умение, то, что отдается, или если мне, хозяину лавки, покажется этот обмен равноценным, понравится эта способность, умение. Через некоторое время ко мне может подойти следующий член группы. В заключение мы обсудим, что каждый из нас пережил.

3. Ритуал прощания. Завершение

Занятие №5 «Прошлое, будущее, настоящее»

Цель: создание условий, способствующих осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения

1. Упражнение «Автобиография»

Инструкция:

Цель автобиографии

Основная цель этого задания — ощутить, каким образом наше прошлое повлияло на наше настоящее, и как это влияние продолжает сказываться до сих пор, чтобы освободиться от него и от тех стереотипов поведения, которые уже не соответствуют нашим сегодняшним интересам. Нас здесь будет интересовать не столько перечень внешних событий как таковых, сколько внутренняя история нашей жизни, исследований тех условий, событий и людей, которые повлияли на нее, и то как происходило взаимодействие с ними. Для того, чтобы люди, которые, возможно, будут читать вашу биографию, понимали о чем идет речь, следует вкратце остановиться на каких-то существенных внешних событиях вашей жизни, таких как время и место рождения, национальность, социально-экономическое положение вашей семьи, количество братьев и сестер и каким по счету родились вы, общие социальные условия, в которых вы жили, и какие природные условия вас окружали. Постарайтесь указать влияние всех этих факторов на ваше развитие, и, вообще, если вы ссылаетесь на какие-то внешние обстоятельства своей жизни, объясните, какое, по вашему мнению, влияние они на вас оказали.

2. Упражнение «Стиль»

Излагать свою биографию можно по-разному. Некоторые делают это в хронологическом порядке, рассказывая о своей жизни год за годом; другие предпочитают начинать с того места в своей жизни, которое по каким-то причинам привлекает их больше всего. Каждый из этих подходов может применяться достаточно успешно. Иногда хорошо их сочетать, набросав вначале общий план основных событий в хронологическом порядке, а потом останавливаясь подробно на том, что в данный момент больше всего привлекает, а затем вновь возвращаясь к плану, чтобы проверить не выпали ли из рассказа какие-то существенные моменты. Пишите так, чтобы вам было легко, даже если при этом ваше изложение будет грешить против грамматических и стилистических правил. Самое важное — начать писать любым способом. Попробуйте излагать мысли в виде потока сознания, и не страшно, если важные вопросы и проблемы проявятся не сразу, но лучше, чем заранее ограничивать изложение жесткими рамками плана.

Списывая свою жизнь, будьте как можно более откровенны и беспристрастны, не пытайтесь подвергать цензуре те места, которые могут, по вашему мнению, представить вас в невыгодном свете. Наоборот, вы почувствуете, что обращая внимание на те моменты своей жизни, которых вы стесняетесь, вы узнаете немало полезного для себя. Постарайтесь указать в чем заключаются ваши «больные места». Стремясь достичь наиболее объективной и честной позиции во взгляде на свою жизнь, вы сможете лучше ее осознать и в дальнейшем предпринимать более конструктивные шаги.

Если вы обнаружите, что ваша биография оказалась слишком длинной и бессвязной, хорошо вдобавок к ней написать более короткий и четко организованный вариант, который поможет вам лучше увидеть собственные стереотипы. Длинный вариант послужит тому, чтобы вы почувствовали себя свободнее и отобрали материал; он важен для вашего внутреннего использования. Короткий вариант поможет рассказать о себе другим и организует ваши собственные мысли.

Ваше развитие в целом

Каким человеком вы были в разные периоды своей жизни? Как вы изменились с тех пор? Воспринимали ли вас окружающие так же, как вы воспринимали себя? Какие маски вы носили? Как искажали свою истинную натуру, чтобы быть принятым окружающими; чтобы защититься от них? Проиллюстрируйте все это своими рисунками.

Опишите любые кризисы развития или поворотные моменты вашей жизни, во время которых происходили изменения в вашем отношении к жизни или уровне осознания. Такие события часто переживаются как «испытание» или «инициация» и могут проходить как кризис или проверка на прочность.

Какие стереотипы вы замечаете в своей жизни? Существуют ли какие-нибудь определенные конфликты, которые повторялись в различных ситуациях? Вынесли ли вы из своего жизненного опыта какие-то уроки?

Конкретные вопросы

Опишите ваши самые ранние воспоминания, и неважно, действительно вы это помните или это плод воображения. Опишите свои повторяющиеся детские сны. Укажите любые травмировавшие вас события, например, болезни, несчастные случаи, смерти, расставания, насилие, сексуальные оскорбления и т.д. Как это повлияло на вас?

Характер жизни в целом и ее значение

Рассказывая о своей жизни, подумайте, какой, как вам кажется, она отражает архетип? Придумайте миф или сказку о своей жизни.

Запишите ее и проиллюстрируйте рисунками, на которых основные действующие лица будут представлены в виде каких-то архетипов.

Если бы вам пришлось ее озаглавить, какие бы названия (название) и подзаголовки вы использовали? Принимаете ли вы свой жизненный опыт или относитесь к нему отрицательно?

В чем, как вы полагаете, состоит более глубокое значение и предназначение вашей жизни?

1. Упражнение «Планирование будущего»

Инструкция:

Предлагаю написать вам приблизительный план своего будущего. Для начала необходимо выделить основные сферы, присутствующие в жизни каждого человека: семейная, профессиональная, досуговая.

В каждой сфере необходимо наметить главные достижения которых вы хотели бы добиться, события, которые могут произойти или вы бы хотели, чтобы они произошли. Постарайтесь поставить более менее реальные цели и спрогнозировать реальные события.

Теперь нужно выделить ближние и ближайшие цели, как этапы и пути достижения дальних целей.

Можно расположить их в хронологическом порядке и даже написать приблизительные даты. Обратите внимание, нет ли противоречия между целями и событиями из разных областей вашей жизни? Может они помогают друг другу, или не оказывают друг на друга никакого влияния. Постарайтесь согласовать их.

Оцените свои собственные достоинства и недостатки, которые могут повлиять на успешность достижения различных целей.

Определите пути преодоления этих недостатков.

Отметьте все внешние препятствия на пути к вашим целям.

Определите пути преодоления внешних препятствий.

Оцените возможность резервных вариантов в разных сферах жизни (на случай непреодолимых препятствий или глубокого противоречия между целями из разных сфер жизни).

С каких целей вы начнете практическую реализацию своего плана. Укажите конкретную дату.

2. Ритуал прощания. Рефлексия.

Занятие №3 «В море эмоций»

Цель: расширение знания участников о чувствах и эмоциях, развитие способности безоценочного принятия окружающих, обучение навыкам выражения собственных эмоций и чтения их у других людей

Материалы: бумажные шарики, листы бумаги, ручки, фломастеры.

1. Ритуал приветствия

2. Упражнение «Называем чувства»

Инструкция:

Давайте посмотрим, кто может назвать больше слов, обозначающих разные чувства.

По очереди называйте слова и записывайте их на лист ватмана

Информация для ведущего:

Целью является обогащение словаря эмоций у участников. Можно проводить это упражнение как соревнование между двумя командами или же как общегрупповой «мозговой штурм». Результат работы группы – лист ватмана с написанными на нем словами можно использовать на протяжении всего занятия. По ходу работы в этот список можно вносить новые слова – это словарь, отражающий эмоциональный опыт группы.

Обсуждение:

Какое из названных чувств тебе нравится больше других? Какое, по-твоему, самое неприятное чувство? Какое из названных чувств знакомо тебе лучше (хуже) всего?

3. Упражнение «Шурум-бурум»

Водящему предлагается загадать чувство, а затем только с помощью интонации, отвернувшись от круга и, произнося только слова «шурум-бурум», показать задуманное им чувство.

4. Упражнение «Бумажные мячики (Снежки)»

Материалы:

Старые газеты или что-то подобное; клейкая лента, которой можно будет обозначить линию, разделяющую две команды.

Инструкция:

Возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него хороший, достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь, пожалуйста на две команды, и пусть каждая выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По моей команде вы начнете бросать мячи на сторону противника.

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду «Стоп!», вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию.

5. Ритуал прощания. Завершение