



Р.В. Чиркина

Программа социально-психологического тренинга подготовки к выходу на свободу детей из воспитательной колонии

Римма Вячеславовна Чиркина — практический психолог, стаж работы в психолого-медико-социальном центре г. Энгельса Саратовской области 14 лет. Автор проектов социально-психологической помощи несовершеннолетним, находящимся в тяжелых жизненных ситуациях (наркозависимым, судимым, социальным сиротам и пр.).

Преподавала психологические дисциплины в Саратовском пединституте СГУ, Институте прокуратуры Саратовской Академии права, СарИПКПРО. С 2005 года — стипендиат Института международного образования IFP (Фонд Форда), аспирант 2 года обучения очной аспирантуры факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Тема диссертационного исследования — «Динамика установок личности несовершеннолетних правонарушителей».

Продолжение. Начало программы — в «Вестнике практической психологии образования» №1, 2007 год.

День 2

III блок тренинга

Цель: Обсуждение проявлений агрессивного поведения и осознание последствий. Проработка способов совладания с гневом.

В связи с повышенной агрессивностью воспитанников спецучреждений особое необходимо внимание уделить тому, как перевести ее в конструктивное русло. Долгое время считалось, да и сейчас многие придерживаются мнения, что агрессивность — неотъемлемое биологическое свойство юности, и с ним бесполезно бороться.

Но, во-первых, согласно этой концепции, биологическая агрессивность зависит от пола и свойственна преимущественно мальчикам. Между тем, в последние годы в России неоднократно обсуждалась проблема беспричинной девичьей агрессивности. Во-вторых, большой опыт наблюдения и воспитания свидетельствует о том, что избыточная агрессивность — не универсальное свойство юности. У многих благополучно развивающихся юношей нет и намека на агрессивное поведение. Чем больше юноша поглощен интересующими его делами — будь то учеба, кружки, спорт или хобби — тем менее он агрессивен. Напротив, отсутствие стабильных интересов предрасполагает к агрессии и другим формам отклоняющегося поведения. Агрессивность поддается регуляции, и воспитание правильных установок и нормальных интересов играет решающую роль. Важно то, что недостаточно просто подавить агрессивное поведение угрозой наказания. Необходимо предоставить человеку альтернативную возможность для самореализации. Без такой альтернативы подавление агрессивности приводит к депрессии или психосоматическим заболеваниям.

Ход тренинга:

Рефлексия готовности к работе:

На ней прозвучало то, что практически каждый участник тренинга накануне вечером мысленно возвращался к вопросам, прозвучавшим в тренинге, и размышлял о происходящем. А также с положительным эмоциональным настроем и заинтересованностью ждал продолжения тренинга.



I. Упражнение на разогрев «Зовущий взгляд».

Выбранный водить участник должен почувствовать, кто из круга зовет его взглядом.

II. Обсуждение результатов работы прошлого дня.

Рефлексия: Вспоминаются «темные» опасения, прозвучавшие вчера в группе. Актуализация опасения повторного возвращения в тюрьму. Проговаривание по кругу возможных причин.

Оказалось, что для большинства участников групп особо значимой ситуацией риска является ситуация высокого эмоционального напряжения (гнева, злости), в которой ослаблен самоконтроль, человек может совершить что-то, что может повлечь наказание.

III. Новый материал.

Ведущий вводит понятие «триггеры» (ситуации, которые запускают механизм агрессивного поведения). Параллельно обсуждается воздействие ПАВ, которые дополнительно могут ослабить самоконтроль.

Ведущий подводит участников к анализу того, как многие из них оказывались не способными контролировать свое агрессивное поведение:

- возможно ли повторение подобного после вашего освобождения?
- в каких случаях вы можете не сдержаться?

Ситуации-триггеры (провоцирующие срыв) проговариваются по кругу.

IV. Ролевая игра на отработку навыков оптимального поведения в ситуации, вызывающей агрессию (освоение навыка уверенного поведения).

Разводим варианты поведения: неуверенного, агрессивного, уверенного человека. (Желательно проиграть ситуацию, являющуюся триггером для большинства).

Рефлексия участников игры:

Обсуждая варианты поведения, имеет смысл поговорить с группой об их имидже, так как этот вопрос волнует многих.

Примерные вопросы для обсуждения:

- могут ли люди по вашему внешнему виду, поведению догадаться, что вы бывали в местах лишения свободы?
- будут ли окружающие по этой причине относиться к вам хуже?
- нужно ли скрывать такой факт своей биографии?
- можно ли по виду человека узнать, что в его жизни был такой опыт?

V. Рисунок «Мой гнев».

После прорисовки желающие могут показать свои рисунки, затем их можно порвать и бросить в «емкость» для мусора.

Ведущий комментирует данную процедуру, как одно из средств совладания с гневом.

VI. Вопрос по кругу: «Как ты справляешься с гневом?». Идет обсуждение средств совладания с гневом. Ведущий добавляет варианты, которые не прозвучали:

- важно вовремя включить «тормоза»,
- важно отследить свое самочувствие (где жар, где холод, где спазмы, т.к. организм нас предупреждает о злости),
- перефраз — не убью, а мирно решу,
- уйти физически,
- медленный счет про себя,
- хвалить себя за сдержанность,
- помнить о том, что в гневе слышим только интонацию, перестаем понимать содержание.

VII. Тренировка управления дыханием.

По команде ведущего несколько раз группа делает на 2 счета вдох и на 4 счета — выдох. Тренер объясняет механизм, т.е. почему это упражнение действует успокаивающе.

VIII. Упражнение «Безопасное место».

Перед началом упражнения дается 2 минуты, чтобы вспомнить свое безопасное место, затем нарисовать его, и желающие могут о нем рассказать.

(В комментариях к этому упражнению ведущий может сказать о том, что даже воспоминания об этом месте могут помочь человеку «уравновеситься»).

IV блок тренинга

Цель: Актуализация надежд воспитанников на будущее. Активизация их внутренних и внешних ресурсов. Проработка значимости позитивной установки на успех и ценности времени. Знакомство с элементарными навыками построения алгоритма конструктивного плана действий на примере первых 2-х месяцев после освобождения из мест лишения свободы.

I. Актуализация упражнения «Надежды на будущее»:

— каждый человек надеется на лучшее. Для того, чтобы надежды стали реальностью, нужны опоры внешние и внутренние. Человек — это система. Чем больше опор, тем устойчивее система.

II. Работа с ресурсами

Каждый участник по кругу отвечает на этот вопрос. Психолог комментирует и дает определение: «внешние» и «внутренние» ресурсы.

1. Ведущий презентует участникам *ресурсную карту*. На ее оборотной стороне выполняется упражнение «Солнышко» (на каждом из солнечных лучей ребята должны написать свои положительные качества). Зачитывают только желающие.



2. **Упражнение «Ладонка».** Каждый обводит свою ладонь на листе бумаги, в середине ладонки пишет свое имя. Затем листочек передается по кругу, другие вписывают туда положительные качества автора. Желательно перед началом упражнения напомнить первое правило тренинга. Ребята отмечают возникновение приятных чувств, связанных с формированием позитивного образа «Я» и высказыванием положительных оценок окружающих.

Материалы: бумага, фломастеры.

Рефлексия

3. Упражнение «Погружение в детство».

Предлагается вспомнить позитивный эпизод из детства: «когда я чувствовал себя счастливым». Примерно две минуты дается на размышление, затем воспоминания проговариваются по кругу. Ведущий поясняет, что подобные воспоминания тоже являются личностным ресурсом.

4. Коллаж «Жизнь до и после колонии».

Цель: формирование позитивных установок на жизнь после освобождения.

Делим участников на две подгруппы. Далее возможны варианты выполнения данного упражнения. Либо каждая подгруппа выполняет по два коллажа, либо одна подгруппа делает коллаж на тему «Жизнь до колонии», а вторая подгруппа делает коллаж «Жизнь после колонии». По окончании идет презентация коллажей, с их последующим групповым обсуждением.

(Следует отметить, что упражнение «Коллаж» прошло очень оживленно. Материал для этого упражнения был предварительно подготовлен ведущим-психологом: большое количество разнообразных вырезок из текстов и фотографий, газет и журналов. Эта работа вызвала у ребят активный интерес. В группах возникало оживленное обсуждение и споры по подбору вырезок из газет).

5. Упражнение «Настрой на успех».

Все стоят лицом в круг, ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперед. По команде ведущего следует повернуть корпус с вытянутыми руками как можно дальше назад. Ведущий предлагает зрительно зафиксировать точку на стене, дальше которой повернуться не получилось. Затем, после внушающей уверенности установки ведущего, воспитанники убеждаются, что под воздействием такой уверенности возможно даже то, что казалось невозможным.

Ведущий комментирует механизм настроя на успех.

— в жизни человека должна быть цель, но наличия только цели и настроя на успех недостаточно, человек непременно должен совершать для достижения цели реальные действия.

6. Притча «О ценности времени» с последующим обсуждением (см. в Приложении).

7. Упражнение «Пошаговое планирование жизни в первые два месяца после освобождения».

Предисловие к упражнению: «Конечно, каждый решает сам, на что он потратит свою жизнь. Главное отличие жизни в ВК от жизни на свободе — возможность выбора и принятие решений».

Участники делятся на две группы, обсуждают и записывают план действий. Представитель от каждой группы презентует свой план.

Рефлексия.

8. Игра «Меняемся местами».

Цель: разрядка напряжения.

Меняемся местами с сидящими напротив, с закрытыми глазами и вытянутыми руками, за несколько секунд. Ведущий поощряет доброжелательное, не агрессивное поведение.

9. Заполнение таблицы ресурсов.

10. Притча «Бабочка» (см. в Приложении).

11. Рефлексия по итогам работы.

Примерные вопросы:

- что было для вас интересно и полезно?
- что вы поняли за время работы в тренинге?
- о чем вы задумались?
- что запомнилось?
- что вы взяли для себя?

(В рейтинге популярности нашей группы в числе первых прозвучали ролевые игры, хотя сначала они вызвали протест. Но особенно ценным, на наш взгляд, является то, что отдельные мысли о жизни на свободе у многих воспитанников, по их словам, приняли логическую завершенность и «улеглись».)

12. Ритуал прощания. Ведущий прощается с воспитанниками, благодарит их за работу в группе, дарит им конверты, чтобы у ребят была возможность написать людям или организациям, готовым оказать воспитанникам колонии помощь и поддержку после их освобождения.

P.S. Так как тема освобождения и жизни на свободе является запретной для воспитанников колонии, в качестве пожелания тренерам, которые будут вести подобные группы, можно порекомендовать использовать меньше игр и больше живого разговора на актуальные для собеседников темы.

Ведущему группы желательно заранее познакомиться с личностными особенностями участников тренинга и их семейной ситуацией, чтобы не провоцировать психотравмирующие ситуации в процессе работы.

Для этого мы предлагаем другую модификацию данного блока, предназначенную для работы с подростками более низкого интеллектуального уровня либо имеющими нарушения психопатического характера.



Вариант блоков I—IV тренинга для проблемных групп (с задержкой психического развития или для возраста моложе 15 лет)

Цель тренинга: сформировать (активизировать) установки и ресурсы личности для жизни на свободе без правонарушений у освобождающихся воспитанников спецшколы.

Продолжительность работы 6 часов.

Тренинг состоит из четырех содержательных блоков.

I блок тренинга

Цель: введение в тренинговый режим работы.

Актуализация чувств и размышлений, связанных с темой предстоящего освобождения.

Организация внутригрупповой коммуникации.

Ход работы:

Организация рабочего пространства, представление ведущего, озвучивание целей работы.

1. Принятие правил групповой работы:

- а) в тренинге нет зрителей, все участники,
- б) говорящего внимательно слушают все,
- в) доброжелательность, безоценочное принятие мнения других.
- г) меру открытости в высказываниях каждый определяет для себя сам.
- д) правило «стоп» для ведущего.

Участники пишут имена на бейджах.

2. Упражнение на знакомство участников группы:

назови свое имя, любимое время года, любимое животное. Повтор информации другим участником.

3. Упражнения на снятие напряжения и организацию внутригрупповой коммуникации.

а) Упражнение на оказание групповой поддержки: «кто хоть раз...». Ведущий называет любые действия или умения, встают все участники, имеющие названный жизненный опыт — остальные аплодируют (например, «кто, хоть раз водил машину...», «кто, хоть раз прыгал с парашютом...», и т. п.).

б) Упражнение «меняются местами те, кто...».

Ведущий задает любой формальный или неформальный признак, имеющие его участники группы встают и меняются местами. Например, «...те, кто родился летом», «...те, у кого есть братья».

в) Невербальное построение. Ведущий дает задание участникам группы: «Постройтесь по порядку месяцев рождения без слов».

(Момент «кодирования»: в процессе упражнения можно сказать *«спасибо тем, кто был вежлив и терпелив»*. Это стимулирует у ребят желание действительно проявлять вежливость и терпение.)

4. Рефлексия

После завершения этих упражнений проводится рефлексия по самочувствию, эмоциональному состоянию. (Все участники отметили уменьшение напряжения и появление желания работать дальше в группе).

5. Упражнение на расширение знаний друг о друге участников группы и ведущего.

Ведущий задает любые вопросы об интересах ребят (качество, которое тебе помогает в жизни, любимый фильм, выдающийся человек, которого встречал в жизни).

Участник, получивший мяч, должен передать его другому человеку с повторением вопроса. Итоговый вопрос: «на что потратил бы большую сумму денег?» подводит к обсуждению темы «ценности».

6. Рисование на тему «свобода».

Цель упражнения — актуализация жизненных ценностей. После окончания рисунка дается задание: «запиши пять самых важных для тебя вещей на свободе». Презентация рисунков. Ведущий выписывает названные ценности на общий лист и определяет рейтинг каждой из них.

7. Рефлексия по итогам работы в I блоке.

Участники отвечают на вопросы: «Какие чувства возникали в процессе работы?», «Что было интересного в работе?».

II блок тренинга.

Цель: актуализировать жизненные ценности, сформировать осознанное позитивное отношение к ценности «Жизнь без правонарушений». Помочь ребятам сформулировать и проработать страхи и опасения, связанные с предстоящим освобождением.

1. Обсуждение первых трех ценностей, получивших наибольшее количество голосов.

Ведущий подводит группу к обсуждению ценности «Жизнь без правонарушений» или «Жить в согласии с законом». Высказывается по кругу всеми участниками степень важности, значимости и возможности жить в соответствии с заявленной ценностью.

Участники делятся на две команды. Капитаны (умеющие быстро писать сообразительные ребята) набирают себе команды цепочкой. Победит та команда, которая найдет больше аргументов «за» и «против».

Задание: выявить преимущества и недостатки заявленной ценности (групповое обсуждение, запись на ватмане).

Заготовка: лист ватмана, разделенный пополам «Жить без правонарушений хорошо... (...плохо....)». Затем группы отстаивают свои суждения. Резюме: у всякого минуса есть противовес.



2. Дискуссия по рассказу «История братьев».

Два брата попали в скверную историю. Одолжили деньги, но не смогли вовремя их отдать. Кредиторы пригрозили и сказали, чтобы они срочно отдали деньги. Старший, Сергей, влез ночью в чужую машину, украл магнитофон и продал его. Младший, Саша, пошел к пожилому человеку, известному в доме своей добротой, и сказал, что его мать заболела и ему нужны деньги на покупку лекарств. Саша просил занять ему деньги и обещал вернуть их, как только мать получит зарплату. На самом деле мать Саши была абсолютно здорова, и Саша вовсе не собирался возвращать деньги. Старик плохо знал Сашу, но все же дал ему нужную сумму. В итоге братья отдали деньги.

Вопросы для обсуждения:

- чего добились братья, что они выиграли в этой ситуации, в чем достоинство их поведения?
- чего лишились братья, что они проиграли в этой ситуации, в чем недостатки их поведения?
- что, на ваш взгляд, хуже: воровство Сергея или обман Саши?
- важно ли сдерживать слово, данное малознакомому человеку, которого никогда не увидишь?
- как вы относитесь к воровству? Попадали ли вы в ситуации, когда самим приходилось просить или когда крали у вас?
- как, на ваш взгляд, вел себя старик, давая Саше деньги?
- как бы вы поступили, оказавшись в подобной ситуации?

3. Упражнение: пересаживание «за» и «против» по пословицам и высказываниям.

В противоположные концы комнаты ставится два ряда стульев. В зависимости от согласия или несогласия с утверждением дети садятся на один или на другой ряд.

Пословицы:

- Нет такого человека, чтобы век без греха.
- Всякая неправда — грех.
- От судьбы не уйдешь.
- Риск — благородное дело.
- Денег наживешь — без нужды проживешь.
- Когда деньги говорят — тогда правда молчит.
- И с умом воровать — беды не избежать.
- Раз украл — навек вором стал.
- Лучше десятерых виноватых простить, чем одного невинного казнить.
- Кто сильнее, тот и правее.
- С кем поведешься, от того и наберешься.
- Умная ложь лучше глупой правды.
- Прямой — что дурной.
- Сам признался, сам на себя и петлю надел.

Ушел, так прав; попался, так виноват.

Закон, что дышло, куда повернул, туда и вышло.

Мнения:

Все недобрые поступки не остаются безнаказанными.

Людям, которые лгут, трудно смотреть в глаза других.

Любого преступника можно освободить благодаря ловкой защите адвоката.

Каждый человек должен следовать чувству долга и ответственности.

Соблюдение законов является обязательным для всех.

Если установленное правило не нравится, то его можно нарушить.

Родителям можно простить все.

Люди должны уважать права друг друга.

Человека, который обманул, обязательно будет мучить совесть.

4. Рефлексия по итогам работы в блоке.

III блок тренинга.

Цель: актуализация позитивных и негативных чувств и ожиданий, связанных с предстоящим освобождением.

1. Упражнение «Светлые надежды и темные опасения».

Каждый участник записывает на отдельных полосках светлой и темной бумаги (светлых лепестках цветка и серых каплях дождевой тучи) свои суждения. Ведущий делает аппликацию, далее зачитывает надежды и опасения. Группа работает с темными опасениями по принципу «На твоём месте я бы...»

2. Ролевые игры.

Дальнейшая работа идет только с «темными опасениями» методом ролевых игр. Ведущий просит придумать и разыграть ситуацию, отражающую «темные опасения».

Цель работы: поиск и расширение социально-приемлемых вариантов выходов из ситуаций риска.

Например, игры, тренирующие умение сказать «нет». В каждой группе выбирается действующий герой, который назначает тех, кто будет на него давить в контексте его опасения.

3. Тренинг уверенного поведения.

Обсуждение различных форм поведения в предложенных ситуациях. Разведение понятий неуверенного, агрессивного, уверенного поведения.

Ситуации для обсуждения:

Вас кто-то занимает разговором, а вам надо идти.

Люди, сидящие сзади вас, мешают вам громким разговором.



Друг рассказывает в компании что-то о тебе — то, что ты не хотел бы разглашать.

Собака вашего соседа забежала на ваш огород и помяла все посадки, испортила всю вашу работу.

В магазине вас обсчитали и дали неправильно сдачу.

4. Рефлексия по итогам блока.

IV блок тренинга.

Цель: актуализация ресурсов для будущей жизни. Формирование позитивного настроения, повышение уверенности в себе с целью реализации жизненно-го принципа «Жизнь без правонарушений» после освобождения. Формирование установки на самостоятельный и ответственный жизненный выбор.

Ход работы:

1. Актуализация «светлых надежд» из упражнения 1 предыдущего блока.

А) Участники по кругу отвечают на вопрос «Что необходимо для осуществления этих надежд?». Вводится понятие «ресурсы» (внешние и внутренние). И участники решают «Что такое ресурсы?». Ребята вспоминают людей, организации, качества личности, которые помогают преодолевать трудности или развиваться, двигаться дальше.

Б) Упражнение «Придумывать и называть по очереди слова на букву «К». Через какое-то время ведущий говорит «стоп», и объясняет, что все слова на букву «К», которые они еще знают, но пока не назвали, это их ресурс в данной игре.

В) Комментарий психолога о возможных ресурсах — социальных, семейных и личностных, к которым нужно обращаться в трудных ситуациях.

2. Актуализация внутренних ресурсов.

А) Упражнение «Солнышко». Каждый участник рисует круг с расходящимися лучами, на которых участники записывают свои позитивные личностные качества.

Б) Упражнение на расширение личностных ресурсов «Ладонка». Каждый участник обрисовывает свою ладонь и, написав на ней имя, передает по кругу. Все участники записывают на «ладонях» друг друга позитивные качества автора.

В) Рефлексия эмоционального состояния.

3. Начало работы с ресурсной картой.

Каждый участник получает «Ресурсную карту» и знакомится с правилами работы с ней. Далее эта работа будет продолжена социальными педагогами. (Ребята попросили, чтобы конверты с ресурсными картами и их рисунками хранились у педагогов, т.к. в отряды брать такие откровения небезопасно).

4. Упражнение «Настрой на успех».

Не перемещая ног, повернуть вытянутые вперед прямые руки за спину, зафиксировать точку на стене, куда смогли дотянуться. После установки тренера, что

можно повернуться еще дальше, зафиксировать точку дальше — снова повернуться. (Всем удается значительно улучшить свой результат). Комментарий психолога: если ставишь четкую цель, то достигаешь ее.

5. Притча «О бабочке» (см. Приложение).

6. Рефлексия по итогам работы тренинга.

Закончить предложение «За время работы я понял, что...». Отреагирование чувств, возникших в ходе работы. (Все ребята единодушно утверждали, что такого общения у них еще не было.)

Комментарий к тренингу.

Работа с притчами и психотерапевтическими метафорами, используемая в тренинге, является весьма продуктивной, реально применимой и наименее затратной ресурсной техникой формирования просоциальных установок и коррекции ценностной сферы воспитанников. Арт-терапевтические методы — наиболее эффективны для отреагирования отрицательных эмоций и приемлемого самовыражения чувств. Специалистам воспитательных колоний необходимо подумать над тем, каким образом можно встроить такую работу в воспитательную практику их учреждений. Сейчас вполне доступна специальная литература по этому направлению. Ссылки на источники и тексты наиболее емких и интересных притч даны в приложении.

ПРИЛОЖЕНИЕ

ПРИТЧА «ЦЕННОСТЬ ВРЕМЕНИ»

Один бизнесмен накопил состояние, составляющее три миллиона золотых долларов. Он решил, что возьмет себе год отдыха от работы и поживет в роскоши, которую мог себе позволить благодаря своему богатству.

Но не успел он принять это решение, как к нему спустился Ангел Смерти.

Будучи профессиональным торговцем, он решил любым способом уговорить Ангела Смерти, чтобы тот продал ему немного времени. Отчаявшись, богач сделал Ангелу предложение:

— Дай мне еще три дня жизни, и я отдам тебе треть моего состояния, один миллион долларов золотом.

Ангел отказался.

— Хорошо, оставь мне еще два дня жизни, и я отдам тебе две трети своих денег, два миллиона золотых долларов.

Ангел снова отказался.

— Дай мне всего один день, чтобы еще раз насладиться красотой этой земли и провести немного времени с семьей, которую я так долго не видел, и я отдам тебе все, что имею. Три миллиона золотых долларов.



**III Международная научно-практическая конференция, посвященная памяти А.Р. Лурия
«Развитие научного наследия А.Р. Лурия в отечественной и мировой психологии»
10–12 октября 2007 г., Белгород**

Организаторы: Российский гуманитарный научный фонд, факультет психологии Московского государственного университета им. М.В.Ломоносова, факультет психологии Белгородского государственного университета, Институт психологии Российской Академии наук, Психологический институт Российской Академии образования, Управление здравоохранения Белгородской области, Управление образования и науки Белгородской области

Основные секции конференции: А.Р. Лурия и культурно-историческая психология; прикладные аспекты современной нейропсихологии; нейропсихологический и нейрокогнитивный подход к изучению психических и поведенческих расстройств; нейропсихология нарушений и отклонений ВПФ в норме и патологии на разных возрастных этапах; нейропсихологическая реабилитация и коррекция; нейропсихология индивидуальных различий; А.Р. Лурия и современная психофизиология

Заявки на участие в конференции и тезисы докладов подаются в интерактивном режиме, для чего необходимо зарегистрироваться на сайте <http://agora.gugu.ru/Luria-2007> и отправить текст тезисов до 15 июня 2007 г. Программный комитет предлагает участие в конференции в форме устного доклада, стендового доклада на пленарных и секционных заседаниях, а также включения тезисов в сборник тезисов конференции без доклада.

Контактная информация:

Почтовый адрес Программного комитета: г. Москва, 103009, ул. Моховая 11, корпус 5, факультет психологии МГУ, кафедра нейро- и патопсихологии; телефон: (495)203-29-47; e-mail: kmp@psy.msu.ru; секретарь программного комитета — Скворцова Василиса Борисовна

Почтовый адрес организационного комитета: г. Белгород, 308015, ул. Победы 85, факультет психологии БелГУ, кафедра общей и клинической психологии; телефон: (4722)30-18-65; e-mail: Luria-2007@mail.ru, Geiman@bsu.edu.ru; секретарь организационного комитета — Гейман Юлия Петровна

Но Ангел был непоколебим.

Наконец, человек спросил, может ли Ангел дать ему немного времени, чтобы написать прощальную записку? Это желание было удовлетворено.

«Правильно используйте время, которое отведено вам для жизни, — писал он. Я не смог купить даже часа жизни за три миллиона золотых долларов. Проверьте, прислушавшись к своему сердцу, все ли вещи, окружающие вас, обладают действительной ценностью».

*Первичный источник:
Ildris Shah. The way of the suft
Вторичный источник:
суфистское предание.*

ПРИТЧА «О БАБОЧКЕ»

Один падишах решил испытать своего придворного мудреца. Он поймал бабочку и осторожно зажал ее в своей ладони. И подумал: «Сейчас я вызову к себе мудреца и спрошу, жива бабочка или мертва? Если он скажет: мертва, я раскрою ладонь, бабочка взмахнет крыльями и улетит. А если он скажет, что бабочка жива, я сожму ее покрепче в кулаке, и бабочка погибнет. Потом раскрою ладонь, и скажу — нет, не угадал. Бабочка мертва». Так он и

сделал. Вызвал к себе мудреца и сказал ему: «У меня в руке бабочка. Как ты думаешь, жива она, или мертва?» На что мудрец ему ответил: (Пауза) «Все в твоих руках».

*Притчи и метафоры для работы в тренин-
ге взяты нами из следующих источников:*

1. Евангельские рассказы в переложении для детей. — М.: Изд. Моск. Патриархии, 1988.
2. А.В. Гнездилов. Доктор Балу. Пути пилигримов. Психотерапевтические сказки. — СПб., 2005.
3. Ник Оуэн. Психотерапевтические метафоры. — М., 2002.
4. Индийские сказки. — М., 1966.
5. В поисках смысла. Афоризмы великих мыслителей. М., 2004.
6. Марк Аврелий. Размышления. — ФГУИПП, «Янтарный сказ». 2003.
7. А. Кураев. Молодежи о православии. — М.: Речь, 2000.

Продолжение в следующем номере



Е. Мельникова, А. Садикова, Е.А. Коркина

Формирование мотивации к общественной работе у старшеклассников

(Детский исследовательский проект)

Продолжение. Начало программы — в «Вестнике практической психологии образования №1, 2007 год.

2-я встреча

Эпиграф на доске

Ничто нам так не хочется изменить, как привычки других людей.

Марк Твен

Цель занятия:

1. Закрепить активный тренинговый стиль общения, способствовать самоанализу участников, раскрыть качества, важные для эффективного межличностного общения.
2. Коррекция тревожности.
3. Развитие лидерских качеств.

Ход встречи

1. Начало: напоминание о правилах, визитках, обсуждение рефлексивных листов (особое внимание на степень включенности).

2. «Комплимент».

Ведущий: «Умение видеть сильные стороны, положительные качества у любого человека и, главное, найти нужные слова, чтобы сказать ему об этом, — вот что необходимо для приятного и продуктивного общения.

Давайте попробуем проверить, насколько мы доброжелательны друг к другу, умеем видеть хорошее в другом и говорить об этом».

Участники садятся в круг, каждый смотрит на своего партнера, сидящего слева, и думает о том, какая черта характера, какая привычка этого человека ему нравится, далее делается соответствующий комплимент.

Начинает любой из членов группы, говоря о своем соседе слева. Все внимательно слушают выступающего.

Тот, кому говорили комплимент, благодарит того, кто говорил.

3. «Список качеств, важных для общения».

Ведущий: «Среди множества качеств, характеризующих человека во всех его проявлениях, есть такие, которые относят к качествам, крайне необходимым и важным для эффективного общения людей.

На *первом этапе* (5 минут) вы должны самостоятельно составить список качеств, важных для общения. Чем больше вы включите в этот список качеств, тем интереснее вам будет работать на втором этапе.

При составлении списка постарайтесь представить себе общительного человека. Каким он должен быть? Чем отличается от других людей? Создайте ваш образ общительного человека. Вспомните очень общительных литературных или кинематографических героев, своих знакомых и т.д. Может быть, это поможет вам составить перечень качеств, важных для приятного и продуктивного общения.

На *втором этапе* мы проведем дискуссию, основная цель которой — выработать общий список качеств, важных для общения. При этом любой член группы может высказывать свое мнение, аргументируя его и приводя примеры, иллюстрирующие, как и когда это качество помогало преодолеть то или иное обстоятельство, улучшить отношения с окружающими».

Качество включается в общий список, если за него проголосовало большинство участников (больше половины). Список оформляется на доске.

На *третьем этапе* каждый участник переписывает в свой листок только что составленный общий список качеств, важных для общения.

На *четвертом этапе* все проставляют собственную самооценку каждого качества по 10-балльной шкале.

Результаты будут анализироваться на следующем занятии.