



ДЕПАРТАМЕНТ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
«СУРГУТСКИЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ»



**Сборник**  
**«Успешные практики в работе с гражданами, пострадавшими от насилия, и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия»**



*Издается в соответствии с планом мероприятий («дорожная карта») по организации деятельности Ресурсного центра по приоритетному направлению: «Социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия, профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия»*

*Ответственные за выпуск:*

**Г.Ф. Ронжина**, директор бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям».

**Л.В. Духовникова**, заместитель директора бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям».

**Д.У. Бажаева**, заведующий отделением информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям».

*Составители:*

**В.В. Трушина**, методист отделения информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям».

**Н.А. Белоусова**, специалист по социальной работе бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям».

**Успешные практики в работе с гражданами, пострадавшими от насилия, и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия:** Сборник: Программы: Технологии: Доклады / Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям», 2021. – 362 с.

В Сборник вошли практические материалы учреждений социального обслуживания, подведомственных Департаменту социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, успешно применяемые в работе с гражданами, пострадавшими от любых форм насилия. Сборник адресован специалистам учреждений социального обслуживания и всем заинтересованным лицам.

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям», 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ.....	6
2.	АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ НАСИЛИЯ.....	7
3.	БУ «СУРГУТСКИЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ» ПРЕДИСЛОВИЕ.....	9
4.	ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ПРОГРАММАХ.....	11
5.	<b>КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПО ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ «ЛЮБИТЕ ТЕХ, КТО РЯДОМ»</b> <b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b> .....	13
5.1.	Актуальность.....	13
5.2.	Целевая группа.....	16
5.3.	Цель и задачи.....	16
5.4.	Законодательная база и нормативно-правовое обеспечение .....	17
5.5.	Формы работы.....	18
5.6.	Методы работы.....	19
5.7.	<b>СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ</b> .....	19
5.8.	Этапы.....	19
5.9.	Направления деятельности.....	20
5.10.	Учебно-тематический план мероприятий комплексной программы по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних.....	21
5.11.	Ресурсы, необходимые для реализации программы.....	23
5.12.	Контроль и управление.....	24
5.13.	Эффективность реализации программы.....	24
5.14.	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b> .....	26
5.14.1.	Приложение 1 «Лекция для родителей «Теоретические аспекты проблемы насилия и жестокого обращения с детьми. Советы родителям по сохранению благополучной обстановки в семье» .....	26
5.14.2.	Приложение 2 «Лекция для родителей «Виды насилия над детьми, их характеристика и последствия. Поощрения и наказания» .....	29
5.14.3.	Приложение 3 «Лекция для родителей «Общаться с детьми. Как?».....	38
5.14.4.	Приложение 4 «Сказка-подсказка» сюжетно-ролевая игра для несовершеннолетних младшего школьного возраста» .....	41
5.14.5.	Приложение 5 «Конфликт в семье», сюжетно-ролевая игра для несовершеннолетнего среднего звена» .....	43
5.14.6.	Приложение 6 «Территория права», интерактивная игра для несовершеннолетних от 12 до 17 лет».....	46
5.14.7.	Приложение 7 «Совместные мероприятия родителей с детьми».....	51
6.	<b>КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПО ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ «КАРТОЧНЫЙ ДОМИК»</b> <b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b> .....	53
6.1.	Актуальность.....	53
6.2.	Целевая группа.....	56
6.3.	Цель и задачи.....	56
6.4.	Законодательная база и нормативно-правовое обеспечение.....	56
6.5.	Формы работы.....	58
6.6.	Методы работы.....	58
6.7.	<b>СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ</b> .....	58
6.8.	Этапы.....	58

6.9.	Направления деятельности.....	59
6.10.	Механизм реализации программы.....	60
6.11.	Учебно-тематический план мероприятий комплексной программы по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних.....	63
6.12.	Ресурсы, необходимые для реализации программы.....	67
6.13.	Контроль и управление.....	68
6.14.	Эффективность реализации программы.....	68
6.15.	ПРИЛОЖЕНИЕ.....	70
6.15.1.	Приложение 1 «Диагностический этап реализации Программы».....	70
6.15.2.	Приложение 2 «Информация для специалистов, реализующих Программу «Песочная терапия с детьми и семьями».....	104
6.15.3.	Приложение 3 «Цикл индивидуальных коррекционных занятий, направленных на стабилизацию психоэмоционального состояния и повышение стрессоустойчивости членов семей «группы риска» «Лоскутное одеяло» (для несовершеннолетних); «Цвет домашнего юта» (для взрослых членов семьи)» .....	124
6.15.4.	Приложение 4 «Цикл интерактивных семейных коррекционных занятий по вторичной профилактике насилия в семье «Карточный домик».....	144
6.15.5.	Приложение 5 «Информационно-просветительская работа с семьей «Семейные открытки» .....	169
7.	<b>КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПО ТРЕТИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ «ЛАДЬЯ» ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....</b>	183
7.1.	Актуальность.....	183
7.2.	Целевая группа.....	188
7.3.	Цель и задачи.....	188
7.4.	Законодательная база и нормативно-правовое обеспечение.....	188
7.5.	Формы работы.....	189
7.6.	Методы работы.....	190
7.7.	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	190
7.8.	Этапы.....	190
7.9.	Направления деятельности.....	191
7.10.	Механизм реализации программы.....	191
7.11.	Учебно-тематический план мероприятий комплексной программы по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних.....	197
7.12.	Ресурсы, необходимые для реализации программы.....	201
7.13.	Контроль и управление.....	201
7.14.	Эффективность реализации программы.....	203
7.15.	ПРИЛОЖЕНИЕ.....	204
7.15.1.	Приложение 1 «Тесты и методики, направленные на выявление и предупреждение насилия в отношении несовершеннолетних, в том числе сексуального, а также жестокого обращения».....	204
7.15.2.	Приложение 2 «Упражнения, техники».....	207
7.15.3.	Приложение 3 «Семейная дискуссия. Семейная скульптура».....	217
7.15.4.	Приложение 4 «Упражнения, методики».....	220
7.15.5.	Приложение 5 «Семейная фотография».....	224
7.15.6.	Приложение 6 «Психологический тренинг с гражданами, испытавшими	

	семейное насилие «Дом без насилия».....	227
8.	<b>ТЕХНОЛОГИЯ ЭСКАЛАЦИИ СЕМЕЙНОГО КОНФЛИКТА В ПРОЦЕССЕ ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ.....</b>	245
9.	<b>ТЕХНОЛОГИЯ КРИЗИСНОЙ ИНТЕРВЕНЦИИ.....</b>	254
10.	<b>МАТЕРИАЛЫ КОНФЕРЕНЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕСУРСНОГО ЦЕНТРА ПО НАПРАВЛЕНИЮ «СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ГРАЖДАН, ПОСТРАДАВШИХ ОТ НАСИЛИЯ, ПРОФИЛАКТИКА ЛЮБЫХ ФОРМ НАСИЛИЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ» ...</b>	265
11.	<b>ПРОГРАММА КОНФЕРЕНЦИИ</b>	265
11.1.	<i>Духовникова Л.В.</i> Приветственное слово.....	267
11.2.	<i>Романов Е. Н.</i> «Профилактика, виды и последствия форм насилия».....	268
11.3.	<i>Бажаева Д.У.</i> «Профилактика жестокого обращения с несовершеннолетними как одно из условий обеспечения безопасного детства».....	276
11.4.	<i>Трушина В.В.</i> «О реализации комплексной программы по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних «Любите тех, кто рядом».....	280
11.5.	<i>Белусова Н.А.</i> «О реализации комплексной программы по вторичной профилактике насилия в семье «Карточный домик».....	283
11.6.	<i>Стрегло О.В.</i> «Технология эскалации семейного конфликта в процессе вторичной профилактики домашнего насилия».....	285
11.7.	<i>Черепанова Н.В.</i> «О реализации комплексной программы по третичной профилактике насилия в семье «Ладья».....	288
11.8.	<i>Блошенко О.А.</i> «Технология социальной работы с гражданами, пострадавшими от любых форм насилия, в том числе домашнего насилия».....	291
11.9.	<i>Китайкина Е.В.</i> «Технология социального обслуживания женщин, пострадавших от насилия, профилактика домашнего насилия».....	295
11.10.	<i>Миронова Е.С.; Пермякова М.Л.</i> «Особенности работы с лицами, подвергшимися любым формам насилия, в том числе домашнего, на территории Сургутского района».....	301
11.11.	<i>Абдулова А.Ш.</i> «Психологическое насилие в семье».....	308
11.12.	<i>Гладких Л.А.</i> «Организация социальной помощи женщинам при социальном неблагополучии в БУ «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения».....	311
11.13.	<i>Мальмина С.Е.</i> «Методы арт-терапии в работе с детьми и подростками, подвергшимися жестокому обращению (Описание случая из практики)»	314
11.14	Резолюция по итогам практического семинара.....	322
12.	<b>РЕЕСТР ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРАКТИКЕ РАБОТЫ УЧРЕЖДЕНИЙ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ, ПОДВЕДОМСТВЕННЫХ ДЕПСОЦРАЗВИТИЯ ЮГРЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЛЮБЫХ ФОРМ НАСИЛИЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ</b>	325
13.	<b>РЕЕСТР МЕТОДИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ (МЕТОДИК, СОЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ, ИНФОРМАЦИОННО-РАЗЪЯСНИТЕЛЬНОЙ ПРОДУКЦИИ)</b>	335
14.	<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>	360

## СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ

БУ – бюджетное учреждение

ЖДН – жертвы домашнего насилия

ЖЖДН – женщины жертвы домашнего насилия

МАК – метафорические ассоциативные карты

НЛП – нейролингвистическое программирование

СОП – социально опасное положение

ТЖС – трудная жизненная ситуация

УМВД России – Управление Министерства Внутренних дел России

Депсоцразвития Югры – Департамент социального развития Ханты-Мансийского автономного округа - Югры

РФ – Российская Федерация

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ НАСИЛИЯ**

Сегодня, как никогда, наблюдается актуальность и важность решения вопросов обеспечения и соблюдения прав и свобод граждан, в том числе детей, подвергшихся насилию в семье, на защиту и всестороннюю помощь.

Проблема насилия в семье, в том числе жестокого обращения с несовершеннолетними, требует особого внимания и принятия необходимых мер по защите прав и законных интересов несовершеннолетних.

Данная проблема становится все более актуальной в период самоизоляции. Ограничения в период пандемии повлияли на состояние отношений между людьми и критически усугубили ситуацию в семьях, где есть экономическая, психологическая и физическая зависимость.

Согласно официальным данным Управления Министерства внутренних дел Российской Федерации по Ханты-Мансийскому автономному округу - Югре (далее - УМВД России по ХМАО-Югре, полиция) определенное влияние на криминальную ситуацию в 2020 году оказывало действие режима самоизоляции граждан, связанное с эпидемией COVID-2019. В период эпидемии на территории автономного округа (данные на 1 октября 2020 года) совершено 641 преступление на почве семейно-бытовых конфликтов (+7,9% к предыдущему периоду) и со стороны лиц, находящихся в алкогольном опьянении 1885 преступлений (+7,5% к предыдущему периоду).

Напряженность жизни, бездуховность, стрессы, социальная неустроенность, утрата ориентиров и целей, возросшая алкоголизация в период пандемии - все это в значительной степени повлияло на рост показателей насилия в семье.

Суть любого насилия – это стремление максимально унижить жертву, поскольку только таким способом тот, кто проявляет насилие, может на время почувствовать себя «выше». Насилие – это не только физическая, грубая сила, как принято считать, но и более изощренные, психологические формы воздействия. В отличие от преступления, совершенного на улице незнакомцем, домашнее насилие происходит в отношениях между близкими людьми, проживающими совместно или состоявшими в близких отношениях.

Проблема насилия характерна для всех социальных слоев населения, но социально неблагополучные, социально незащищенные слои она затрагивает чаще. Выделяют несколько форм насилия:

1) физическое насилие - преднамеренное нанесение физических повреждений различной степени тяжести; побои, ограничения в еде и сне, вовлечение в употребление алкоголя и наркотиков и т.п.;

2) сексуальное насилие - преднамеренное манипулирование телом человека как сексуальным объектом; вовлечение в проституцию, порно бизнес и т.п.;

3) психологическое насилие (поведенческое, интеллектуальное, эмоциональное и проч.) - преднамеренное манипулирование человеком (ребенком или взрослым) как объектом, игнорирование его свободы, достоинства, прав, и приводящее к различным деформациям и нарушениям психического развития.

4) экономическое насилие - это контроль над финансовыми и иными ресурсами семьи, выделение жертве денег на «содержание», принуждение к вымогательству, запрет на получение образования и/или трудоустройство, намеренная растрата финансовых средств семьи с целью создания напряженной обстановки.

Деятельность по предотвращению насилия в семье, прежде всего, должна носить комплексный, программный, всесторонний характер, включать работу как с жертвами и агрессорами, так и с их окружением; обеспечивать соблюдение ряда условий, включающих:

создание единой межведомственной команды;

объединение возможностей всех ведомств субъектов системы профилактики в отношении каждого потенциального и свершившегося случая насилия;

наличие четкого алгоритма действий специалистов разных ведомств по выявлению и реагированию на случаи насилия, организации работы с семьями, ближайшим социальным окружением с целью профилактики насилия;

обеспечение условий конфиденциальности и безопасности семей и детей.



**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
«СУРГУТСКИЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И  
ДЕТЯМ»**

**ПРЕДИСЛОВИЕ**

С целью повышения доступности социального обслуживания граждан, подвергшихся насилию и снижению рисков домашне-бытового насилия в Ханты-Мансийском автономном округе на базе бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» был создан Ресурсный центр по данному направлению деятельности (приказ Депсоцразвития Югры от 17.07.2020 № 887-р «О внесении изменений в приказ Депсоцразвития Югры от 20.02.2020 № 177-р «О создании ресурсных центров в государственных учреждениях, подведомственных Депсоцразвития Югры»).

Специалистами Учреждения разработаны программы по профилактике различных форм насилия, в том числе домашнего насилия:

комплексная программа по первичной профилактике *«Любите тех, кто рядом»*;

комплексная программа по вторичной профилактике *«Карточный домик»*;

комплексная программа по третичной профилактике *«ЛАДЬЯ»*.

Приоритетными задачами в реализации данных программ являются: профилактика семейного неблагополучия;

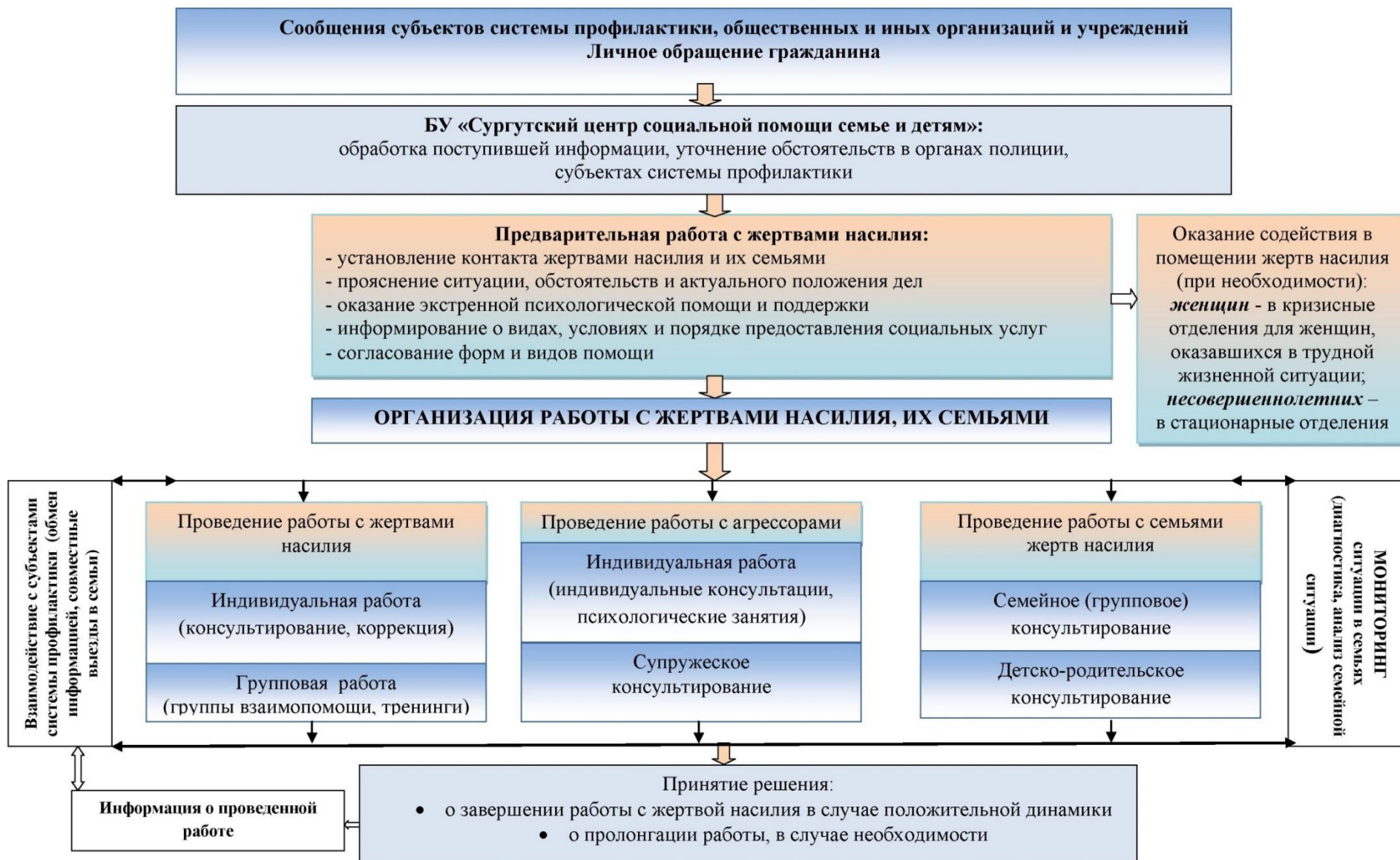
предупреждение возникновения признаков жестокого обращения, в том числе насильственных действий в отношении несовершеннолетних;

создание безопасного и толерантного реабилитационного пространства для жертв любого вида насилия.

Данные программы представлены в сборнике.

Деятельность Учреждения с гражданами, пострадавшими от насилия, осуществляются в соответствии с «Алгоритмом действий специалистов БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» при организации работы с гражданами, пострадавшими от насилия».

**Алгоритм действий специалистов БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»  
при организации работы с гражданами, пострадавшими от насилия**



## ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В СБОРНИКЕ (ПРОГРАММАХ)

**Виктимность** (от лат. *victima* — жертва) — склонность становиться жертвой преступления. Это устойчивое свойство личности быть жертвой обстоятельств, преступлений чаще, чем другие люди или в тех условиях, которые для большинства являются нейтральными.

**Домашнее насилие** — это система поведения одного человека для сохранения власти и контроля над другими разными способами (изоляция, запугивание, манипулирование, угрозы, эмоциональное насилие, экономическое насилие, физическое насилие, сексуальное насилие).

**Жестокое обращение с детьми** — осуществление родителями физического или психического насилия над детьми, покушение на их половую неприкосновенность, применение недопустимых способов воспитания (грубость, пренебрежительное, унижающее человеческое достоинство обращение, оскорбления), эксплуатация детей, плохое содержание детей (непредставление им продуктов питания) и пр.

**Жертва насилия** — это любой человек, который вовлекается в отношения путем насилия, давления, обмана.

**Кризисная интервенция** — скорая психологическая помощь лицам, находящимся в состоянии кризиса.

**Насилие** — это такое отношение, обращение одного человека с другим, которое нарушает право другого быть личностью.

**Неблагополучная семья** характеризуется низким социальным статусом в какой-либо из сфер жизнедеятельности или нескольких одновременно, при этом её адаптивные возможности значительно снижены, в силу этих причин семья не справляется с возложенными на неё функциями.

**Насильственные действия** могут проявляться в разных формах - от клички, оскорбительного взгляда, до убийства.

**Пренебрежение** - отсутствие надлежащей родительской заботы и опеки, когда ребенок является бездомным, нуждающимся, живет в физически опасном окружении. В поведении родителей могут наблюдаться серьезные упущения в обеспечении жизненно необходимых (витальных) потребностей ребенка: в пище, одежде, приюте, уходе, медицинском обслуживании и защите от опасных условий.

**Психологическое насилие** (поведенческое, интеллектуальное, эмоциональное и проч.) - преднамеренное манипулирование человеком (ребенком или взрослым) как объектом, игнорирование его свободы, достоинства, прав, приводящее к различным деформациям и нарушениям психического развития.

**Сексуальное злоупотребление** понимается как использование ребенка для целей сексуального удовлетворения взрослого человека или лица, значительно более старшего, чем сама жертва. Оно может совершаться в различных формах: развратные действия, половые сношения или попытки таковых, изнасилование, кровосмешение (инцест), демонстрации порнографии, проституция несовершеннолетних.

**Сексуальное насилие** - преднамеренное манипулирование телом человека как сексуальным объектом, вовлечение в проституцию, порно бизнес и т.п.

**Физически жестокое обращение** - преднамеренное или осознанное применение жестоких телесных наказаний или причинение ребенку неоправданных физических страданий.

**Физическое насилие** - преднамеренное нанесение физических повреждений различной степени тяжести; побои, ограничения в еде и сне, вовлечение в употребление алкоголя и наркотиков и т.п.

**Экономическое насилие** - это контроль над финансовыми и иными ресурсами семьи, выделение жертве денег на «содержание», принуждение к вымогательству, запрет на получение образования и/или трудоустройство, намеренная растрата финансовых средств семьи с целью создания напряженной обстановки.

**Эскалация конфликта** - под эскалацией конфликта (от лат. scala - «лестница») понимается развитие конфликта, который прогрессирует во времени; обострение противоборства, при котором последующие разрушительные воздействия оппонентов друг на друга интенсивнее, чем предыдущие.

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ  
В ОТНОШЕНИИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ  
«ЛЮБИТЕ ТЕХ, КТО РЯДОМ»**



*Автор: В.В. Трушина, методист отделения информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

*Программа утверждена Методическим советом бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» 27.08.2020, Протокол № 3.*

*Программа прошла внешнюю экспертизу в бюджетном учреждении Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания» (письмо БУ «Ресурсный центр развития социального обслуживания» от 09.09.2020 № 15/07-Исх-1634).*

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Актуальность**

Насилие в семье в его различных формах приобрело в России такие масштабы и глубину, которые угрожают безопасности общества и личности.

Основную часть жертв насилия в семье составляют дети, инвалиды, женщины, неспособные себя защитить. Многие эксперты говорят о жестокости в семье, которая порождает встречную жестокость. В частности,

дети усваивают ту модель поведения, в которой они воспитываются в семье, а затем копируют её в своей жизни. По данным официальной статистики, в каждой четвертой российской семье совершается насилие, а процесс криминализации семьи не только не ослабевает, а, наоборот, с каждым годом усиливается.

Одна из главных особенностей домашнего насилия состоит в том, что оно представляет собой повторяющиеся инциденты («паттерн») разных видов насилия (физического, психологического, сексуального и экономического). Наличие такого паттерна – важный показатель, отличающий «домашнее насилие» от «конфликта». Так, конфликт обычно имеет свое завершение, а насилие характеризуется систематичностью. Кроме того, конфликт имеет в своей основе проблему, которую можно разрешить. В ситуации же насилия в семье один человек постоянно контролирует другого человека с применением силы, что приводит к психологическим и/или физическим травмам.

В последнее время большие усилия тратятся на разработку и внедрение мер, направленных на решение проблем асоциального детства. Между тем эти проблемы, несомненно, являющиеся весьма острыми и требующими незамедлительных решений, становятся следствием гораздо более глубинных для нашего общества проблем. У истоков детских асоциальных поступков, преступлений стоят проблемы насилия и жестокого обращения с ребенком, в том числе внутри семьи.

Насилие и жестокое обращение, пренебрежение нуждами детей, в настоящее время, считается одной из важнейших проблем общественного здоровья и ведущей причиной детского травматизма и детской смертности, асоциального поведения детей, нарушения психического, личностного и физического развития.

Об актуальности этой проблемы говорят официальные показатели распространенности этого явления.

Так по данным российской статистики ежегодно регистрируется более двух миллионов случаев жестокого обращения с детьми. Более 50 тысяч детей убегают из дома по причине жестокого обращения родителей, выявляются свыше 100 тысяч детей, оставшихся без попечения родителей, большинство из которых – социальные сироты, брошенные или изъятые у родителей.

Как показывает практика, явление жестокого обращения с детьми, насилие над ними, в том числе домашнее, характерно для всех социально-экономических слоев общества.

Даже в благополучных семьях, где родители испытывают искреннюю любовь и привязанность к своим детям, в воспитательном процессе могут использоваться такие формы воздействия на ребенка, как телесные наказания, оскорбления, запугивания, лишение ребенка общения и т.д.

В связи с этим, одной из задач социальной работы является разработка и применение эффективных технологий по профилактике любых форм насилия, в том числе домашнего, форм и методов работы с гражданами, уже пострадавшими от него.

Деятельность организаций социального обслуживания, предоставляющих социальные услуги гражданам (семьям с детьми, женщинам, несовершеннолетним), в том числе пострадавшим от семейного насилия, жестокого обращения, на федеральном уровне регулируется Федеральным законом Российской Федерации от 28 декабря 2013 года № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан Российской Федерации».

Практика работы специалистов учреждений социального обслуживания с семьями различных категорий показывает, что важное значение в проблеме насилия в семье имеет комплексный подход, позволяющий расставить приоритеты в работе, определить перспективные направления деятельности.

Очень важна профилактическая работа, как с семьями, так и с подростками, готовящимися к самостоятельной жизни, а в особенности – с женщинами и детьми, наименее защищенными гражданами общества.

В связи с этим ключевым элементом планирования действий по преодолению жестокого обращения является комплекс эффективных и всесторонних профилактических мер, сфокусированных на ребенке и ориентированных на семью, который основывается на:

- первичной, вторичной, третичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних;
- повышении родительской компетентности в вопросах воспитания детей;
- пропаганде семейных ценностей, ответственного родительства;
- межведомственном взаимодействии учреждений здравоохранения, образования, системы социальной защиты, правоохранительных органов и органов правосудия.

Важным аспектом в организации работы по предотвращению жестокого обращения, в том числе насилия в отношении детей, является вовлечение самих детей в информационные кампании о правах детей, в

проведении конкурсов социальной рекламы, плакатов среди различных категорий молодежи.

Участие родителей и детей в совместных мероприятиях, различных акциях и праздниках позволит сформировать эмоциональную близость и привязанность между детьми и родителями, развить навыки конструктивного взаимодействия, даст возможность обучить родителей способам вовлечения их детей в различные виды совместной деятельности (в т. ч. игровую).

Разработка и утверждение настоящей Программы является актуальной и необходимой мерой для предупреждения возникновения факторов риска проявления жестокого обращения, в том числе насильственных действий в отношении несовершеннолетних в семье, как следствие, формирование ненасильственной, неагрессивной модели поведения, воспитание гармоничной личности.

Данная программа направлена на первичную профилактику жестокого обращения, насилия в семье в отношении несовершеннолетнего, повышение уровня родительской компетентности в вопросах воспитания.

#### **Целевая группа**

Целевой группой, на которую направлена деятельность данной программы, являются функциональные семьи: несовершеннолетние, родители (законные представители, лица их заменяющие).

**Цель программы:** предупреждение возникновения факторов риска проявления жестокого обращения, в том числе насильственных действий в отношении несовершеннолетних в семье.

#### **Задачи программы:**

- повысить информированность родителей (законных представителей, лиц, их заменяющих) о формах насилия в отношении детей и ответственности за действия, направленные против детей, родительскую компетентность в вопросах воспитания детей, уровень навыков ответственного родительства;

- повысить правовую грамотность несовершеннолетних в вопросах защиты своих прав;

- вовлечь несовершеннолетних и их родителей (законных представителей, лиц, их заменяющих) в совместные виды деятельности;

- совершенствовать систему межведомственного взаимодействия по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних.



## **Законодательная база и нормативно-правовое обеспечение системы защиты детей от насилия и жестокого обращения**

Необходимым составным элементом системы защиты детей от жестокого обращения, насильственных действий, пренебрежительного обращения к их нуждам и интересам в современном обществе являются законодательные нормы. Они гарантируют обеспечение прав ребенка и предусматривают наказание лиц, виновных в совершении действий, представляющих опасность для жизни и здоровья детей и нарушающих их права и свободы.

Государственная политика в интересах детей всегда являлась приоритетной областью деятельности органов государственной власти во многих странах, будучи основанной на таких ведущих принципах, как законодательное обеспечение прав ребенка; государственная поддержка семьи в целях обеспечения полноценного воспитания детей, защиты их прав, подготовки их к полноценной жизни в обществе; ответственность должностных лиц, граждан за нарушение прав и законных интересов ребенка, причинение ему вреда.

### *Уровень международного права*

Конвенция ООН о правах ребенка от 20 ноября 1989 года, ратифицированная Союзом (Россией как правопреемницей) 15 сентября 1990 года.

### *Уровень федеральных органов власти*

- Конституция РФ;
- Семейный кодекс от 29 декабря 1995 года № 223-ФЗ (ред. от 03.08.2018);
- Уголовный кодекс РФ от 13 июня 1996 года № 63-ФЗ (ред. от 29.07.2018);
- Кодекс РФ об административных правонарушениях;
- Федеральные законы Российской Федерации;
  - Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
  - Федеральный закон от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Указ Президента Российской Федерации от 01 июня 2012 года № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации:

- распоряжение Правительства РФ от 25 августа 2014 года № 1618-р «Об утверждении Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- распоряжение Правительства РФ от 06 июля 2018 года № 1375-р «Об утверждении плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства» (с изменениями на 14 декабря 2019 года).

#### *Законы субъектов Российской Федерации*

➤ Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 10 июля 2009 года № 109-оз «О мерах по реализации отдельных положений Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (установлены меры по содействию физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию детей и предупреждению причинения им вреда на территории ХМАО – Югры);

➤ Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 28 февраля 2019 года № 2-оз «Об Уполномоченном по правам ребенка в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре».

#### **Формы работы**

Содержание программы предусматривает проведение работы по следующим направлениям:

правовое и психолого-педагогическое просвещение родителей;  
повышение правовой грамотности несовершеннолетних;  
участие членов семей в совместных видах деятельности;  
обеспечение межведомственного взаимодействия по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних.

Правовое и психолого-педагогическое просвещение родителей можно организовать с помощью следующих форм работы:

лекции, интерактивные мероприятия, акции, индивидуальное консультирование, родительские собрания, конкурсы, информирование (статьи, брошюры, листовки по данному направлению деятельности, в том числе организаций, оказывающих помощь), размещенные на официальном сайте и информационных стендах БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» (<http://zazerkalie86.su/>).

Повышение правовой грамотности несовершеннолетних можно организовать с помощью следующих форм работы:

правовые лекции, сюжетно-ролевые игры по формированию навыков безопасного поведения, интерактивная игра «Территория права», экскурсии, тренинги, информирование (брошюры, листовки, в том числе организаций,

оказывающих помощь), размещенные на официальном сайте и информационных стендах БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» (<http://zazerkalie86.su/>).

Участие членов семей в совместных видах деятельности можно организовать с помощью следующих форм работы:

лекции, интерактивные мероприятия, акции, конкурсы.

Обеспечение межведомственного взаимодействия по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних можно организовать с помощью следующих форм работы:

рабочие встречи, информационный взаимообмен, заключение соглашений о совместной деятельности с субъектами системы профилактики.

### **Методы работы**

В работе с целевой группой по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних используются различные методы:

планирование, беседы, дискуссии, консультаций, «мозговой штурм», анкетирование, экспресс-тест, опрос.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Конкретным шагом к решению проблемы насилия в семье является создание системы постоянно и целенаправленно действующих комплексных мер профилактики.

В системе профилактики жестокого обращения с детьми, в том числе насильственных действий, выделяется первичная, вторичная и третичная профилактика.

Первичная профилактика является приоритетным направлением деятельности по защите детей от жестокого обращения и направлена на предупреждение возникновения факторов риска жестокого обращения.

Первичная профилактика предполагает осуществление в учреждениях системы социальной защиты комплекса мероприятий информационно - просветительского характера: организацию информационно-разъяснительных кампаний для детей и родителей (лиц, их заменяющих) о вреде жестокого обращения, проведение различных акций, мероприятий и праздников.

### **Этапы реализации программы:**

Программа реализуется в три этапа в течение 6 месяцев (Таблица 1):

1 этап – организационный: 1 месяц;

2 этап – практический: 4 месяца;

3 этап – аналитический: 1 месяц

<b>Этап</b>	<b>Содержание деятельности</b>	<b>Ответственный</b>
Организационный	- Разработка комплексной программы, методических материалов к программе, информационного материала (буклеты, листовки, памятки, брошюры). - Организация и проведение круглого стола с субъектами системы профилактики с целью организации межведомственного взаимодействия в рамках данного направления деятельности; заключение соглашений; - определение целевой группы	Специалисты отделения информационно-аналитической работы БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
Практический	Проведение тематических мероприятий, направленных на первичную профилактику насилия в семье по отношению к несовершеннолетним (в соответствии с тематикой блоков программы)	Юрисконсульт Психолог Специалист по социальной работе Специалист по работе с семьей БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» Субъекты системы профилактики
Аналитический	Оценка эффективности реализации программы	Специалисты отделения информационно-аналитической работы БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

### **Направления деятельности и их содержание**

Данная программа направлена непосредственно на несовершеннолетних и их родителей (законных представителей, лиц их заменяющих).

Программа включает 4 блока:

- профилактическая работа с родителями (законными представителями, лицами, их заменяющими);
- профилактическая работа с несовершеннолетними;
- информационно-просветительская работа (буклеты, листовки, брошюры, статьи), направленная на пропаганду семейных ценностей, положительного опыта семейного воспитания; формирование ценностей ответственного родительства;

- организация и проведение совместных мероприятий несовершеннолетних с их родителями (законными представителями, лицами, их заменяющими).

В соответствии с данными направлениями деятельности разработан примерный тематический план мероприятий. Содержание мероприятий возможно изменению, исходя из запроса участников мероприятий, не отступая от общей концепции программы (Таблица 2).

**Учебно-тематический план мероприятий  
комплексной программы по первичной профилактике  
насилия в семье в отношении несовершеннолетних**

Таблица 2

Наименование мероприятия	Сроки реализации	Кол-во часов	Ответственные исполнители
<b>1 блок. Профилактическая работа с родителями (законными представителями, лицами, их заменяющими)</b>			
<i><b>1.1. Правовая помощь</b></i>			
Лекция «Правовые аспекты защиты прав детей»	1 раз в период реализации Программы	40 мин.	юриисконсульт
Дискуссия «Виды насилия над детьми, их характеристика и последствия. Поощрения и наказания»	1 раз в период реализации Программы	1-1,5 часа	юриисконсульт специалист по работе с семьей психолог
<i><b>1.2. Психологическая помощь</b></i>			
Просмотр документального фильма «Любочка», обсуждение на тему «Общаться с детьми. Как?»	1 раз в период реализации Программы	2-2,5 часа	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей психолог
<b>2 блок. Профилактическая работа с несовершеннолетними</b>			
Сюжетно-ролевая игра для несовершеннолетних младшего школьного возраста «Сказка-подсказка» (использование сказочных сюжетов как обучение несовершеннолетних безопасному поведению)	1 раз в период реализации Программы	1 час	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей психолог
Сюжетно-ролевая игра для несовершеннолетних среднего возраста «Конфликт в семье»	1 раз в период реализации Программы 1 раз в период реализации Программы	1 час	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей психолог
Интерактивная игра для несовершеннолетних от 12 до 17 лет «Территория права»	1 раз в период реализации Программы	40 мин.	специалист по работе с семьей

<b>3 блок. Информационно-просветительская работа</b>			
<b>Для родителей (законных представителей, лиц их заменяющих)</b>			
Разработка и распространение буклетной продукции, в том числе представленные участниками системы профилактики	в течение всего периода реализации	20-30 мин.	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей методист
Статейный материал по данному направлению деятельности	специалист по работе с семьей	2-2,5 часа	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей методист
<b>Для несовершеннолетних</b>			
Разработка и распространение буклетной продукции, в том числе представленные участниками системы профилактики	в течение всего периода реализации	20-30 мин.	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей методист
<b>4 блок. Совместные мероприятия родителей с детьми</b>			
Онлайн конкурс для несовершеннолетних и их родителей «Арт-объект «Ремень не для наказания, или Чудесные превращения ремня»	первый месяц реализации практического этапа	-	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей методист
Акция «Воспитание – это всегда диалог, а не насилие», включающая: - посещение родителями (законными представителями, лицами их заменяющими) интерактивных кабинок «ЧП – честное признание»; - организация выставки рисунков «Не делай мне больно!»; - подведение и награждение победителей онлайн конкурса «Арт-объект «Ремень не для наказания, или Чудесные превращения ремня»	третий месяц реализации практического этапа	2-2,5 часа	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей методист

Одним из направлений деятельности является межведомственное взаимодействие. К данному направлению работы активно привлекаются:

Таблица 3

<b>Наименование партнёра</b>	<b>Цель взаимодействия</b>
Департамент образования Администрации города Сургута	Привлечение целевой группы для реализации мероприятий данной программы
Отдел по организации работы комиссии по делам несовершеннолетних, защите их прав при Администрации г. Сургута	Распространение информационно-просветительского материала

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутская городская клиническая поликлиника №5»	Распространение информационно-просветительского материала
--	---

## Ресурсы, необходимые для реализации программы

### Кадровые ресурсы

В реализации комплексной программы принимают участие:

Таблица 4

Должность	Количество штатных единиц	Роль в реализации программы
Заместитель директора	1	- осуществляет координацию и контроль реализации мероприятий программы
Заведующий отделением информационно-аналитической работы	1	- осуществляет общее руководство по реализации программы в рамках деятельности ресурсного центра по приоритетному направлению: социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия, и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия
Методист	1	- подбирает и систематизирует методическую литературу по тематике программы; - осуществляет методическое сопровождение мероприятий; - оказывает содействие в распространении буклетной продукции; - анализирует эффективность реализации программы
Психолог	2	- проводит тематические мероприятия (лекции), направленные на первичную профилактику насилия в семье по отношению к несовершеннолетним (в соответствии с тематикой блоков программы); - проводит психологическое консультирование, с целью исследования детско-родительских взаимоотношений (по запросу) - проводит мероприятия для несовершеннолетних и их родителей (законных представителей, лиц, их, заменяющих)
Юрисконсульт	1	- проводит тематические мероприятия (лекции), направленные на первичную профилактику насилия в семье по отношению

		к несовершеннолетним (в соответствии с тематикой блоков программы)
Специалист по социальной работе, специалист по работе с семьей		- проводит информационно-разъяснительную работу - организует межведомственное взаимодействие

### **Материально-технические ресурсы**

- помещение для проведения встреч с несовершеннолетними, родительских собраний с родителями (законными представителями, лиц, их заменяющих);
- организационная техника, необходимое оборудование для просмотра фильма;
- канцелярские принадлежности.

### **Информационные ресурсы**

- разработка тематических памяток и буклетов для несовершеннолетних, их родителей (законных представителей, лиц их заменяющих);
- размещение информационного материала на официальном сайте БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

### **Методические ресурсы**

Разработки лекционных тем в соответствии с тематическим планом мероприятий.

### **Контроль и управление**

Контроль хода реализации программы, ее координацию осуществляет заместитель директора. Определяются следующие виды контроля:

1. Текущий (предоставление отчетной, итоговой информации).
2. Анализ и оценка эффективности реализации мероприятий программы.
3. Выявление недостатков, выработка корректирующих действий, направленных на устранение недостатков, выявленных в процессе работы.

### **Эффективность реализации программы**

Ожидаемые результаты

Задачи программы	Ожидаемый результат	Критерии оценки	
		количественные	качественные
Повысить информированность родителей (законных представителей, лиц, их заменяющих) о формах насилия в отношении детей и	Расширение информационного поля у родителей (законных представителей) по вопросам профилактики	Участие 90% родителей (законных представителей, лиц, их заменяющих), из числа планируемых, в мероприятиях Программы	Повышение уровня информированности и у 75% родителей (законных представителей, лиц, их заменяющих) по



ответственности за действия, направленные против детей, родительскую компетентность в вопросах воспитания детей, уровень навыков ответственного родительства	насилия		вопросам профилактики насилия
Повысить правовую грамотность несовершеннолетних в вопросах защиты своих прав	Правовое просвещение несовершеннолетних в вопросах защиты своих прав	Участие 95% несовершеннолетних, из числа заявленных, в мероприятиях 2 блока «Профилактическая работа с несовершеннолетними»	Повышение уровня знаний у 75% несовершеннолетних в вопросах защиты своих прав
Вовлечь несовершеннолетних и их родителей (законных представителей) в совместные виды деятельности	Расширение социокультурного пространства семей	Участие не менее 50-60% из числа планируемых семей с детьми в онлайн-конкурсе «Арт-объект «Ремень не для наказания, или Чудесные превращения ремня». Посещение 95% родителями (законными представителями, лицами, их заменяющими) интерактивных кабинок «ЧП – честное признание»	Повышение социальной активности семей-участников Программы на 60%
Совершенствовать систему межведомственного взаимодействия по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних	Осуществление системной работы субъектов профилактики, вовлеченных в реализацию программы	Увеличение количества заключенных соглашений о сотрудничестве, согласованных совместных планов (на 5-10%)	Реализация заключенных соглашений и совместных планов мероприятий по данному направлению работы (90%)

### Полученные результаты (планируемые)

Критерии оценки эффективности	
Показатели	Планируемый результат (%)
Соотношение количества родителей (законных представителей, лиц, их заменяющих), принявших участие во всех мероприятиях по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних к общему количеству заявившихся родителей (законных	65%

представителей, лиц, их заменяющих)	
Соотношение несовершеннолетних, принявших участие во всех мероприятиях по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних к общему количеству заявившихся несовершеннолетних	60%
Доля семей, принявших участие в конкурсе (% соотношение семей, принявших участие в конкурсе к общему количеству подавших заявки)	70%
Соотношение удовлетворенных, проведенными мероприятиями, к количеству участвовавших в мероприятиях Программы	75%
Положительные отзывы целевой группы об участии в Программе от общего количества отзывов	90%

Приложение 1 к программе «Любите тех, кто рядом»

### Лекция для родителей

#### **Теоретические аспекты проблемы насилия и жестокого обращения с детьми. Советы родителям по сохранению благополучной обстановки в семье**

**Цель:** формирования правовой культуры родителей в области воспитания несовершеннолетних.

В последние десятилетия разрушался один из наиболее устойчивых мифов о том, что дети – это единственный класс в нашем обществе, охраняемый и оберегаемый государством и обществом. Недавно считалось, что случаи жестокого обращения с детьми в нашей стране встречаются редко и связаны с психическими заболеваниями или алкоголизмом родителей, их нравственной неразвитостью или моральной дефектностью. В силу идеологических и ряда других причин проблема насилия над детьми была закрыта для обсуждения. Сейчас пожинают плоды такого подхода, и осознают масштабы и серьезность этой проблемы. В настоящее время ребенок может столкнуться с насильственными действиями в любое время и в любой ситуации: в школе, на отдыхе, в общественном месте. Даже семья не является исключением, несмотря на то, что данный социальный институт признан, обеспечивать безопасность, которая является необходимым фактором для нормального развития ребенка.

В посланиях Президента Российской Федерации Федеральному собранию ставились задачи по разработке современной и эффективной государственной политики в области детства. Проблемы детства и пути их решения нашли свое отражение в Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025г.

Инструментом практического решения многих вопросов стала реализация приоритетных национальных проектов «Здоровье», «Образование», федеральных целевых программ. Принят ряд важнейших законодательных актов, направленных на

предупреждение наиболее актуальных угроз, стоящих перед детьми. Вместе с тем проблемы детства сохраняют свою остроту и далеки от окончательного решения.

Одним из главных факторов, способствующих преодолению трудностей, являются благоприятные условия воспитания и нормальные детско-родительские взаимоотношения. Нарушения в семейных условиях воспитания и в детско-родительских взаимоотношениях приводят к отклонениям в нормативном развитии личности ребенка, и как следствие, к отклоняющемуся поведению. Вопросы жестокого обращения с детьми в настоящее время становятся глобальной проблемой.

В настоящее время семья в Российской Федерации, в том числе и в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре, переживает противоречивое и сложное состояние:

1. Во многом утрачены традиции семейного воспитания и его нравственные ценности.

2. Изменился статус семьи как воспитательного института (сокращается количество благополучных по составу и по степени воспитательного влияния семей, растут отчуждение, непонимание между родителями и детьми и т.п.).

3. Изменилось качество самой семьи (во многом, разрушены нравственные представления о браке и семье; утрачено понятие ответственности за сохранение брака; увеличивается процент детей, растущих в неполных семьях либо в семьях, где один из родителей родным не является и т.п.).

4. Наблюдаются непопулярность отцовства и материнства, негативный социально-психологический фон в семье.

5. Серьезной проблемой является отчуждение семьи от образовательных учреждений, педагогов – от семьи (усиливается недоверие родителей к школе, имеют место неадекватное отношение родителей и детей к педагогам, неудовлетворенность качеством образования, невысок уровень психолого-педагогической культуры родителей и т.п.).

В Российской Федерации защита детей от жестокого обращения осуществляется с помощью норм гражданского (семейного) и уголовного права. Главной задачей уголовного права является охрана прав и свобод человека. Для осуществления этой задачи Уголовный кодекс (УК) устанавливает, какие действия считаются преступлением, и какое наказание может быть назначено за каждое преступление. Основным инструментом уголовного правосудия является наказание преступника. Статья 43 УК указывает, что наказание применяется для восстановления социальной справедливости, исправления осужденного и предупреждения новых преступлений.

Семейное законодательство направлено на укрепление семьи, построение семейных отношений на основе любви и взаимной ответственности. Внутрисемейные конфликты должны разрешаться по общему согласию, забота о благосостоянии и развитии детей, защита их прав считаются приоритетными в семейном праве, на что указывает статья 1 Семейного кодекса (СК). Принципиальным положением семейного законодательства является недопустимость осуществления своих прав и интересов одним из членов семьи в ущерб правам, свободам и законным интересам других.

**Ответственность родителей.** За неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по воспитанию детей родители могут быть привлечены к различным видам юридической ответственности:

- **административной** (статья 5.35 Кодекса РФ об административных правонарушениях «Неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних»);
- **гражданско-правовой** (статья 1073-1075 Гражданского кодекса РФ);
- **семейно-правовой** (статьи 69 «Лишение родительских прав», статьи 73 «Ограничение родительских прав» Семейного кодекса РФ);
- **уголовной** (статья 156 Уголовного кодекса РФ «Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего»)

Неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего родителем или иным лицом, на которое возложены эти обязанности, а равно педагогическим работником образовательной организации, медицинской организации, организации, оказывающей социальные услуги, либо иной организации, обязанного осуществлять надзор за несовершеннолетним, если это деяние соединено с жестоким обращением с несовершеннолетним, наказывается:

- штрафом в размере до 100.000 рублей или в размере заработной платы или иного дохода, осужденного за период до одного года;
- либо обязательными работами на срок до четырехсот сорока часов, либо исправительными работами на срок до двух лет;
- либо принудительными работами на срок до трех лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до пяти лет или без такового, либо лишением свободы на срок до трех лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до пяти лет или без такового.

#### **Рекомендации родителям по сохранению в семье благоприятной психологической обстановки**

1. Учитывайте интересы всех членов семьи, даже самых маленьких.
2. Никогда не ругайтесь в присутствии детей, не унижайте другого родителя при детях.
3. Разработайте свой «семейный» кодекс поведения, где пропишите правила, которые неукоснительно должны соблюдать все члены семьи, без исключения (например, убрать за собой посуду после обеда).
4. Поощряйте за хорошие поступки и соблюдение правил «семейного» кодекса всех членов семьи, даже маленьких.
5. Учите детей вежливости и сами будьте вежливыми, не забывайте про «Спасибо», «Пожалуйста», «Будьте здоровы»!
6. Развивайте и приумножайте семейные традиции.
7. Если не можете урегулировать семейный конфликт самостоятельно, не бойтесь прибегать к помощи посторонних, независимых людей (к примеру, психологов, специалистов службы примирения (медиаторов)).
8. В отношении с ребенком:
  - постарайтесь овладеть культурой просьбы. Просите детей, но не приказывайте им, не попрекайте ничем ребенка (ни возрастом, ни едой и т.п.);
  - найдите время, выслушать ребенка. Внимательно слушайте, когда ребенок что-то вам рассказывает. Не занимайтесь в это время своими делами, так как ребенок чувствует,

что не в центре вашего внимания, и у него пропадает интерес и желание говорить, как следствие этого – ребенок может замкнуться в себе;

- будьте откровенным с ребенком. Не бойтесь показать перед ребенком свои чувства, эмоции, слабость;

- не повышайте голос на ребенка, говорите с ребенком спокойно, даже если вам что-то не нравится. Объясните ребенку причину запрета, при этом требования обоих родителей должны быть согласованы;

***Помните, что в любом конфликте как минимум двое участников и ребенку нелегко, ведь он слабее и неопытнее. Любите и берегите своих детей!***

В заключение лекции экспресс опрос:

- На сколько полезна была для Вас услышанная информация?

- Была ли полезной полученная информация?

- Какие вопросы Вы бы хотели еще обсудить?

Приложение 2 к программе «Любите тех, кто рядом»

### **Лекция для родителей Виды насилия над детьми, их характеристика и последствия. Поощрения и наказания**

**Цель:** формирование компетентности родителей в области семейного воспитания детей, предупреждение случаев жестокого обращения и насилия в отношении несовершеннолетних в семье, жизнедеятельности семьи.

Говоря о насилии по отношению к детям, часто употребляются два основных понятия: насилие над детьми и жестокое обращение с детьми. Эти термины применяются в X Международной классификации болезней и причин смерти, по которой кодируются документы лечебных учреждений в России.

*Жестокое обращение с детьми* – насильственные действия, которые нарушают права ребенка, но еще не являются уголовно наказуемыми.

*Насилие* – форма принуждения со стороны одной группы людей (одного человека) по отношению к другой группе (отдельному человеку) с целью приобретения или сохранения определенных выгод и привилегий, завоевания политического, экономического и любого другого господства.

Формы насилия многообразны, условно их можно подразделить на *экономические, социальные, политические, идеологические, физические* и др. Насилие может иметь вид физического, эмоционального и вербального, психического и сексуального. Эти виды насилия включают много различных действий. Существует ряд понятий, определяющие основные виды насилия, факторы риска и жестокого обращения с детьми.

В наибольшей степени распространенный вид насилия над ребенком – физическое насилие. Близкое определение физического насилия дают Н. О. Зиновьева и Н.Ф. Михайлова: «Физическое насилие – это вид отношения к ребенку, когда он умышленно ставится в физически и психически уязвимое положение, когда ему умышленно причиняют телесное повреждение или не предотвращают возможности его причинения».

**Физическое насилие** выражается в форме ударов по лицу, тряски, толчков, удушения, пинков, заключения в запертом помещении, избияния ремнем, веревками,

причинения увечий тяжелыми предметами и ножом. Физическое насилие включает также вовлечение ребенка в употребление наркотиков, алкоголя, дачу ему отравляющих веществ или «медицинских препаратов, вызывающих одурманивание» (например, снотворных, не прописанных врачом), а также попытки утопления. Чаще всего физическое насилие применяется по отношению к детям, хотя известны случаи, когда выросшие дети бьют других членов семьи.

Следствиями физического насилия являются синяки, травмы, переломы, повреждения внутренних органов: печени, селезенки, почек и др. Требуется время, чтобы залечить эти повреждения, но еще больше времени и усилий требуется для того, чтобы залечить душевные раны, психику ребенка, пострадавшего от побоев.

### ***Психологическое насилие***

В случае психического насилия человек, осуществляющий насилие, может лишать свою жертву еды, сна, связывать, запирает в маленьком или темном помещении. В результате подобных действий человек теряет контроль над собственной жизнью, собственную волю и становится подвластным другому человеку и другим, опасным для жизни и здоровья ребенка последствиями. Психическое насилие проявляется по отношению к детям, как постоянное или периодическое словесное оскорбление ребенка, угрозы со стороны достоинства, обвинение его в том, в чем он не виноват, демонстрация нелюбви, неприязни к ребенку. Постоянная ложь, обман ребенка (в результате чего он теряет доверие к взрослому), а также предъявляемые к ребенку требования, не соответствующие его возрастным возможностям, все это указывает на психологическое насилие.

Отсутствие у женщин любви к ребенку, когда он еще находится в материнской утробе, то есть к ребенку от нежелательной беременности является одним из проявлений жестокого обращения с детьми. Ребенка еще ничем себя не проявившего, уже не любят, не думают и не заботятся о нем. Еще до рождения, будучи эмоционально отвергнутым, такие дети рождаются раньше срока в два раза чаще по сравнению с детьми от желательной беременности, они чаще имеют низкую массу тела, чаще болеют в первые месяцы жизни. Хуже развиваются.

### **Формы психологического насилия**

**1. Отталкивание.** Не осознавая ценность своего ребенка, взрослые дают ему понять, что он не желанен, постоянно прогоняют его, обзывают, не разговаривают с ним, не обнимают и не целуют, винят его во всех своих проблемах. Пример: обвинение отца, который считает, что в его проблемах с устройством на работу виноват ребенок, поскольку без работы он остался в тот же год, когда тот появился на свет, и с тех пор финансовое положение в семье лишь ухудшалось. Как результат – отталкивание ребенка как со стороны отца, который желает, чтобы тот переехал жить к бабушке с дедушкой, так и со стороны бабушки, которая, в свою очередь, убеждена, что ребенок должен жить со своими родителями.

**2. Игнорирование.** Родители зачастую вынуждены в силу современных экономических условий очень много работать и соответственно устают, так, что, придя, домой, у них нет сил для того, чтобы поговорить, друг с другом, и тем более с ребенком. В том, что родители устали, ребенок не виноват. Ему необходимо, чтобы родители его выслушали, поиграли с ним, обняли, похвалили. Вместо этого он слышит – «отстань», «не мешай» и т.д., таким образом, они игнорируют его потребности.

**3. Изолирование от других членов семьи.** Эта форма насилия наиболее распространена в отношении детей, особенно имеющих разведенных родителей. Очень часто разведенные мамы не разрешают встречаться с отцами. Или внушают им, что их отцы плохие и не надо с ними видеться. Но развод родителей и так слишком тяжелое бремя для ребенка, и ему продолжают быть нужными, как правило, оба родителя. Поэтому запрет или невозможность видеться с одним из родителей или бабушками – это насилие по отношению к ребенку

**4. Угроза применить насилие.** Много примеров высказываний можно услышать в своей жизни: «Перестань плакать – или будет хуже», «если получишь еще одну двойку – то я тебя выпорю», «скажи еще хоть слово – ударю». Все эти высказывания направлены на то, чтобы человек боялся, ведь легче всего управлять другим человеком именно тогда, когда он боится. И легче всего чувствовать себя главным – когда тебя бояться. Домашнее насилие, как и любое другое насилие, основывается на страхе, на страхе одних перед другими. Страх порождается молчанием. А молчание порождает новый страх.

**5. Безразличие.** Родителей не волнует то, что ребенок употребляет алкоголь, наркотики. Допускают просмотр ребенком порнографических материалов, позволяют ему быть свидетелем сцен насилия и никак не реагируют на проявление самим ребенком жестокости по отношению к другим людям и животным.

**6. Эксплуатация.** Использование ребенка для зарабатывания денег либо для реализации своих потребностей, например, перекладывая на него ведение домашнего хозяйства.

**7. Деграция.** Поведение, которое разрушает идентификацию и самооценку ребенка, например, грубость, ругательства, обвинения, обзывательства, высмеивание, публичное унижение ребенка.

**Эмоциональное насилие** является самым жестоким и распространенным видом насилия над ребенком. Его сложно распознать, ведь нет явных видимых признаков в виде синяков, ссадин и ран на теле, поэтому подобное давление и нажим на детей считается самым коварным видом насилия, который мешает личностному росту и здоровому формированию детей.

**Формы эмоционального насилия.** Эмоциональное насилие напрямую связано с вопросами власти и контроля над ребенком. Самыми распространенными его формами являются:

- **Игнорирование** - самое жестокое и опасное отношение взрослых к маленьким – не замечать, не разговаривать. Дети от такого наказания страдают особенно чувствительно, ведь им, как воздух, необходимо тепло и нежность родительских рук, объятия и поцелуи, без этого личность не развивается.

- **Неприятие** - мама или папа откровенно демонстрируют и не скрывают от ребенка, что он нежеланный, ненужный, обуза и лишняя финансовая трата.

- **Изолирование** – при любой оплошности ставить в угол на несколько часов, закрыть в комнате, не разрешать выходить гулять во двор, не общаться по телефону с друзьями, и так далее, по сути, это любое ограничение в свободе.

- **Запугивание и угрозы** – «вовремя не выучишь уроки, не уберешься в комнате, то не будешь смотреть телевизор, не пойдешь в гости, отберу мобильный телефон». Имеется в виду перманентное психологическое напряжение и давление на неокрепшее сознание подрастающего человека.

- **Унижение** – высмеивание на людях, в присутствии друзей, оскорбление недостойными словами. Сюда же можно отнести нескончаемые нотации и лекции о «недостойном» поведении, издевки, крики и брань. Зачастую оскорбительные фразы и слова ранят сильнее, чем шлепок по макушке.

Все родители хотели бы видеть своих детей умными, красивыми, аккуратными, здоровыми, добрыми. Как только замечается, что он «не такой», начинается домашнее насилие. Каждый из них желает своему ребенку только добра, даже не подозревая, как мучается и страдает ребенок. Большинство взрослых абсолютно не догадываются о травмах, наносимых психике и развитию человека.

**Почему родители так поступают?** Есть несколько причин, вот некоторые из них:

- недостаток знаний, собственный негативный опыт;
- финансовые проблемы в семье;
- плохие взаимоотношения между супругами, разлад, недопонимание;
- социальная незрелость, безответственность;
- любая химическая зависимость
- алкоголь, наркотики

Психотравмирующее влияние насилия над ребенком в семье приводит к торможению интеллектуального развития и адекватного восприятия окружающей действительности. Он вырастает легко ранимым, или, наоборот, чрезвычайно агрессивным. В любом случае, способность к самоуважению и уверенности в себе занижена. Человек развивается социально беспомощным, с легкостью попадающий в конфликтные ситуации и отвергаемый ровесниками

**Ребенка надо любить не за то, что он аккуратный, спокойный, красивый, покладистый и так далее, а за то, что он есть!** Для ребенка жизненно необходимы добрые слова, позитивная оценка, неподдельный интерес к нему. Ребенок, которого не кормят – заболевает. Ребенок, которого не любят и не ценят, заболевает душевно.

**Сексуальное насилие или развращение** – использование ребенка (мальчика или девочки) взрослым или другим ребенком для удовлетворения сексуальных потребностей или получения выгоды с помощью насилия, угроз или злоупотребления доверием (с использованием беспомощного состояния), причинившее вред его физическому или психическому здоровью либо нарушившее его психосексуальное развитие.

Сексуальному насилию в возрасте до 14 лет обычно подвергаются 20-30% девочек и 10% мальчиков. Мальчики чаще, чем девочки, подвергаются насилию в более раннем возрасте. Хотя в общей сложности сексуальное насилие над мальчиками встречается в 3-4 раза реже, чем над девочками.

В последние годы получили распространение такие общественно опасные посягательства на личность несовершеннолетнего в сети, как **кибербуллинг** (cyberbullying) – подростковый виртуальный террор,

Из вышеизложенного можно сделать следующие выводы. Любой вид жестокого обращения с детьми ведет к самым разнообразным последствиям, но их объединяет одно – ущерб для здоровья ребенка или опасность для его жизни. Важно осознавать, что каждый из этих видов наносит непоправимый вред личности жертвы, и каждый из них нельзя недооценивать, ведь последствия насилия не поддаются анализу и прогнозу. Итак, незащищенность, материальная зависимость, возрастные особенности психики несовершеннолетних (незрелость, подчинение авторитету взрослого, доверчивость,



недостаток жизненного опыта, неумение полно и критично оценивать сложившуюся ситуацию и прогнозировать возможные последствия) привели к тому, что в условиях роста насилия в обществе жертвой жестокого обращения чаще всего становится ребенок. Перечень видов насилия над детьми в настоящее время пополнился, включив экономическое насилие, торговлю детьми и пр. Между тем модель поведения, усвоенная в детстве, воспроизводится в других социальных институтах: школе, армии, государстве в целом. Поэтому остановить эскалацию насилия возможно, только преодолев жестокость по отношению к беззащитным детям.

### **Основные методы воспитания детей (поощрение и наказание)**

В разговорной речи – это метод «кнута и пряника». И то, и это продиктовано родительской любовью к детям и заботой о них.

Каждому ли родителю понятно, как он воспитывает своего ребенка, видит ли последствия своих действий?

- Уважаемые родители! Назовите 4 качества, которые, с вашей точки зрения, важно сформировать в ребенке?

#### **- В чем цель семейного воспитания?**

Прежде всего, подготовить ребенка к жизни в обществе. Это значит, помочь ему понять свое предназначение, смысл своей жизни.

#### **- В чем, вообще, смысл жизни каждого из нас?**

В Библии сказано: «Возлюби ближнего своего, как самого себя». Смысл жизни в любви к себе. И любовь к ближнему возможна, если только человек полюбит себя самого.

#### **Задача родителей:**

1. Показать на примере собственной жизни неизбежность неудач и научить мужественно принимать их.

2. Научить заботиться о себе, восстанавливать силы в трудные периоды своей жизни, используя внутренние резервы, а не внешние силы.

3. Предостеречь от дурных пристрастий.

Без поощрения и наказания в воспитании не обойтись. И так, поощрение и наказание. Или... Наказание и поощрение. В какой последовательности вы поставили бы их, занимаясь воспитанием детей?

**Что такое наказание?** Помните строки о ямщике, который «товарищу отдавал наказ»? «Наказ» - это слово, сказанное с определенной целью. Наказ, наказание, указание – слова одного корня и значения. Наказать - это значит, *в словесной форме* указать ребенку на недостойное поведение, предъявить требования.

#### **Какие виды наказания чаще всего используют родители?**

**Моральное** – словесное унижение ребенка. Ежедневно ребенок слышит: «Тупой, как... Дурак – дураком и останешься... Вечно ты на одни и те же грабли наступаешь. Тебе хоть в лоб, хоть по лбу... Сколько раз тебе повторять!» Как часто, подводя итог разговора, родители спрашивают: «И в кого ты такой уродился?» Родители, используя такие фразы, и не осознают, что таким образом подавляют в ребенке веру в свои силы, стремление к успеху.

Они программируют ребенка на неудачу.

Родители постоянно сравнивают своего ребенка с другими детьми, ставят ему в пример детей соседей, друзей, родственников. Это приводит к отчуждению между родителями и детьми. Душевный контакт замещается общением с телевизором,

компьютером, гаджетом. Оказавшись в трудной жизненной ситуации, ребенок, даже если он отважится, будет искать поддержки не у родителей, а у чужих людей. У некоторых детей, впоследствии и у взрослых людей, формируется стойкая нелюбовь к себе: если их обидели, они сделают себе еще больнее. Чем чаще унижали ребенка, тем в большей степени он склонен к саморазрушению: «Вы считаете меня таким, значит, я такой и есть, чего же вы от меня хотите»? Впоследствии он не сможет стать лидером, поскольку его приучили бояться словесного неодобрения.

**Эмоциональное.** С ребенком демонстративно перестают разговаривать. Запрещают плакать, обижаться, сердиться: «Хватит ныть...Перестань плакать...Вытри слезы...» А в результате? Запрет на плохое и хорошее настроение, отказ понять, чего хочет ребенок и чем это вызвано, толкают на поиски тех, кто их поймет и примет такими, каковы они есть. Тогда они становятся легкой добычей религиозной тоталитарной секты. Дефицит «разговоров по душам» толкает девочек к ранним сексуальным связям: «Кто сказал: «Люблю», к тому и пойду». Такими детьми, обычно, легко манипулируют друзья их криминальной среды.

**Физическое** – часто норма в семье. За что бьют? Родители бьют детей за плохие отметки. Дети, в свою очередь, выпрашивают у учителей хорошие отметки, умоляя не ставить двоек. Пресмыкаются перед сильными учениками, платят за возможность списать, боясь плохих отметок и наказания, пропускают уроки. Возникает порочный круг: родители бьют детей за вранье, дети обманывают, чтобы избежать родительского гнева.

К сожалению, часть родителей убеждена: чтобы заставить ребенка поступать в соответствии с родительской волей, надо его запугать. Бьют за позднее возвращение домой, за попытку высказать собственное мнение, за несоответствие требованиям родителей.

### **Какие правила наказания должны знать родители?**

#### **1. Наказывать за проступок только один раз**

Ребенок получил двойку.

Вечером позвонил классный руководитель и информировал об этом родителей. Папа сурово посмотрел на ребенка и грозно сказал: «Оболтус! Лентяй! Никакого телевизора, прогулок и друзей!» Сколько раз папа наказал ребенка? Строгое не улыбочное лицо, суровый тон беседы – тоже наказание для ребенка.

#### **2. Наказание должно согласовываться взрослыми**

Зачастую ребенка поодиночке «пилят» отец, мать, бабушка, старшие дети, родственники. Вряд ли следует негативную информацию о ребенке достоянием посторонних. Можно просто сказать: «Бабушка с дедушкой тебя любят (позитив), им было бы неприятно узнать о случившемся» или «Знала бы тетя Галя, что ты иногда вытворяешь, она бы огорчилась».

#### **3. Наказание должно быть заранее продумано**

За что именно вы решили наказать ребенка? В чем состоит его проступок? Каковы будут последствия наказания? Родителям стоит подумать, способен ли ребенок выполнить требования, предъявляемые взрослыми? Каковы его возможности? Всегда ли вина ребенка страшна? (гиперактивные, медлительные дети)

#### **4. Наказывать лучше, лишая ребенка хорошего, чем причинять ему боль.**

Родители требуют хорошей оценки. Но он не понял тему. Учитель считает его глупым. Только родители могут быть его союзником («Мы их сделаем»: проблемы с химией, опоздание на урок физики, сочинение).

### **5. Наказывая, оказывать помощь**

При рождении ребенка родители испытывают к нему трепетную любовь. Ребенок должен быть уверен, что родительская любовь пребудет с ним всегда: «Мы любим тебя и будем любить всегда. Мы хотим гордиться тобой, мечтаем видеть тебя счастливым». Даже когда ребенка наказали, он должен быть уверен, что его поймут и поддержат (отрывок из мультфильма «Малыш и Карлсон, который живет на крыше», где папа наказывает Малыша, а вечером мама обсуждает его проступок и делает вывод, что они, родители будут его любить, и не продадут ни за какие миллионы).

Особенно трудно с детьми в подростковом возрасте. Смысл подросткового возраста – стать самостоятельным, оторваться от родителей. Его мысли и ум бредут ощупью. Он конструирует себя заново, поступает вопреки родительским требованиям, а затем переваривает свои ощущения. И внешний контроль здесь не поможет. Со стороны кажется, что подросток упрям, дерзок, равнодушен, ничего не делает. На самом деле в нем происходит глубокая внутренняя работа. Ему необходимо разобраться в своих противоречивых чувствах, утвердиться в себе, не потерять себя найденного. В это время родительская любовь, терпение, выдержка, вера в него, и «разговоры по душам о жизни»: о собственных ошибках, пережитой боли и мужественном поведении важны для ребенка.

Но к подростковому возрасту ребенок должен понимать, что значит **«безответственное поведение»** и **«ответственное поведение»**.

**«Безответственное поведение»** - когда поступаешь так, как сам этого хочешь.

**«Ответственное поведение»** - когда знает о последствиях и убежден: «Хочу именно этого».

**Какие родители и почему в качестве основного средства воспитания выбирают наказание?**

#### **1. Нелюбимый ребенок** (нежеланный, случайный, незапланированный).

Неприятие детей, повышенная принципиальность, авторитарность, следование жестким стереотипам, отсутствие теплоты в отношениях, гибкости (обними маму).

#### **2. Ориентация на стандарты из собственного детства:**

«Меня били – и ничего, вырос человеком».

#### **3. Ребенок – «Козел отпущения»**

Особенно часто в семьях, где очевидна **родительская несостоятельность**. Родители обвиняют детей в том, что присуще им самим (примеры с образованием, учебой, увлечениями, поведением). Родители лишаются уважения детей. Народная мудрость гласит: «Яблоко от яблоньки недалеко падает». О чем это? Как раз о том, что дети копируют родителей, порой лучшие, а порой и худшие их качества. Или родители видят в нем **причину жизненных неудач**, когда переживают личностный кризис, кризис супружеских отношений. Новая семья: вхождение в семью новых членов (детей, отчима, мачехи).

#### **4. Эмоциональная распушенность родителей.**

Всегда одна и та же реакция на любой просчет, малейший промах ребенка – крик. Особенно в присутствии других людей: учителей, друзей, родственников. Нетерпеливость требований, преобладание отрицательных оценок, неспособность прощать. В первую очередь, родители должны обратить внимание на собственные чувства, эмоции. Необходимо отказаться от

привычного (крикливого) реагирования на поступки ребенка, так как подобная реакция формирует у детей истеричность.

### **5. Незнание возрастных особенностей, незнание характера**

Гиперактивный или медлительный. Общительный или замкнутый. Его положение в классе (классная роль). Друзья. Способности. Чувства: «Закончишь школу и - влюбляйся». Говорите с ним, вызывайте на разговор, слушайте.

### **6. Педагогическая беспомощность родителей**

Лев Толстой писал: «Любить – значит жить жизнью того, кого любишь: понимать тревоги, угадывать просчёты». Запрограммировать ребенка на определенный результат легко, но могут ли родители помочь ему в его достижении? Иногда родители не знают, как это сделать. Не понимают причин плохого поведения, не умеют разговаривать с детьми, слушать их. Они воспитывают детей так, как воспитывали их. Но общество изменилось, дети другие, другая школа, другие потребности – и бессмысленно сожалеть об этом.

### **Поощрение. Какова цель поощрения**

Поощрение – метод воспитания, стимулирующий деятельность ребенка. Поощрение помогает ребенку отличить хорошее от плохого дозволенное от запретного. Правильно применяемое **поощрение** закрепляет положительные способы поведения, тем самым формируя у ребенка готовность к активному послушанию.

***Пример:** представьте себе, что начальник предлагает вам несколько дополнительных дней отпуска или премию, если вы сделаете срочный проект быстро и качественно. Станете ли вы работать от этого эффективнее? Скорее всего. А если начальник скажет, что уволит вас, если проект не будет готов в срок? Скорее всего, вы тоже будете стараться работать эффективно, но вами будет двигать страх, а не ожидание удовольствия, отчего ваша эффективность будет ниже, чем в первом случае. Если страх будет слишком силен, то мозг может оказаться парализован ожиданием наказания и начнёт думать не о том, как сделать проект, а о том, как избежать последствий. Результат будет мало предсказуем, и это с учётом того, что мы — взрослые люди, и вроде бы умеем себя контролировать.*

На детей до 10 лет негативные способы регулирования действуют не так, как предполагают многие родители и учителя. «Не сделаешь — не дам, не пуццу, заберу, поставлю двойку» — всё это вызывает у ребёнка стресс и тревогу, в итоге мозг выключает «предохранитель», чтобы не перегреться, и заботится о выживании, а не о том, что бы такое интересное освоить.

Вы, наверное, слышали, что метод «красной ручки», или постоянного исправления, не действует, а работает «метод зелёной ручки» — поддержки правильных действий?

Что же делать? Предлагать постоянные бонусы, хвалить и всегда во всём поддерживать? И да, и нет. Увы, не всё так просто. Родители, которые постоянно говорят детям, что они изумительные, великолепные, уникальные, самые красивые на свете, самые умные и ловкие, считают, что поддерживают самооценку ребёнка и дают ему путёвку в счастливую жизнь. Таким способом они демонстрируют безусловную любовь к ребёнку и к любому его проявлению.

Постоянная, чрезмерная похвала за каждое действие может привести к тому, что ребёнок станет воспринимать её как фон, и если однажды одобряющий текст не прозвучит, он начнёт тревожно прислушиваться и оглядываться: «Где моё подкрепление? Правильно ли я сделал? Мам, ты меня вообще любишь?»

### **Какие виды поощрений могут быть?**

- Поддерживающие слова.
- Улыбка и внимательный взгляд, когда вы одобряете действия ребёнка.

- Объятия и поцелуи, если ваш ребёнок не возражает.
- Время, которое вы проводите так, как хочет ребёнок.

Попробуйте создать вишлист: список желаний, разных дел, событий, которые он хотел когда-нибудь сделать сам или поучаствовать вместе с родными, оформите в виде карточек, прикрепите, например, на холодильник, и выбирайте «призы». Когда у родителей появится возможность и желание поощрить ребёнка, можно выбрать из этого списка.

- Сюрприз, показывающий, что вы замечали усилия ребёнка, и теперь хотите ему это показать. Важно, чтобы сюрприз соответствовал его желаниям, а не тому, что кажется полезным родителям. Для одних — это будет поход в видеоклуб с новыми играми, для других — поездка к друзьям с ночёвкой.

Любые поощрения — это проявление вашей любви и создание атмосферы доверия и развития для вашего ребёнка.

### **Как и за что хвалить ребёнка?**

#### **Замечайте и признавайте усилия ваших детей**

Если ваш ребёнок далеко не первый в своей спортивной команде или в школьной математике, но он упорно ходит на тренировки и занимается, старается решать задачи сам или просит помощи и не останавливается, преодолевает трудности, то эти усилия нужно заметить и поддержать. **Например**, «Так здорово, что ты проводишь много времени, чтобы этому научиться!»

Если действие даётся ему без труда и усилий, можно порадоваться вместе с ним: «Я вижу, что тебе это нравится», но не стоит говорить, что он молодец: ребёнок может почувствовать себя самозванцем.

#### **Поощряйте за процесс, а не только или не столько за результат**

**Например**, «Ты серьёзно готовился к этой контрольной, решал много задач, больше, чем в прошлый раз, и результат получился достойным».

#### **Называйте конкретное действие, которое привело к нужному результату**

**Например**, вместо: «Ты хороший, послушный мальчик» лучше сказать: «Ты был так занят игрой в Лего, играл сам в своей комнате, и я смогла приготовить вкусный обед».

#### **Поощряйте пробовать новое**

Эксперименты имеют право на жизнь! Даже если сразу ничего не получилось, пробовать новое — это не только интересно, но и преодоление себя, и новый опыт.

#### **Поощряйте искренне**

Дети чувствуют фальшь, и если вы регулярно хвалите их с притворством, перестают понимать, где они и правда молодцы и надо продолжать действовать в том же духе, а где «родители всегда так говорят, но это ничего не значит».

#### **Поддерживайте все самостоятельные попытки, даже если они не особо удачные**

Не попробуют, не научатся. **Например**, «Ты испёк печенье, так здорово! Да, сегодня оно подгорело, но это ведь первая попытка. Как ты думаешь, что можно сделать в следующий раз, чтобы его не упустить?.. Нам можно попить с ним чай?»

#### **Поощряйте детей в процессе работы, а не только когда они всё закончили**

**Например**, «Ничего себе, ты всё делаешь этот проект, так много сил туда вкладываешь. Ты можешь гордиться собой, ты была такая упорная!»

#### **Сфокусируйтесь на чувствах детей**

Важно услышать не «Я горжусь тобой!», а «Ты можешь гордиться собой!» А потом можно добавить и про радость родителей.

Дети — не наше прямое продолжение, и их успехи и неудачи — это не наши успехи и неудачи. Дети хотят, чтобы в них видели их личность, их усилия, а не подчеркивали, «как много мама для тебя сделала».

**Всегда поддерживайте в ребёнке заботу о себе**

Всё хорошо в меру. **Например**, «Ты так много трудилась, может быть сходишь погулять, встретишься с друзьями, покатаешься на самокате?»

Конечно, слова поддержки и похвала в нужное время и в нужном месте не равнозначны любви к ребёнку и радости от того, что он есть в вашей жизни. Вы можете иметь разные мнения, вам могут нравиться абсолютно разные вещи, но вы учите его и учитесь сами быть вместе с другим, отличным от вас человеком, уважать его мнение, его пространство, любить его такого родного и отдельную личность одновременно.

**В завершении хочется сказать: «Любите детей, любите тех, кто рядом!»**

Приложение 3 к программе «Любите тех, кто рядом»

**Лекция для родителей  
«Общаться с детьми. Как?»**

**Цель:** развитие эффективных навыков коммуникации с детьми и подростками

В современном мире все больше растет понимание семьи как определяющей не только развитие ребенка, но и в конечном итоге развитие всего общества.

Взаимодействие ребенка с родителем является первым опытом взаимодействия с окружающим миром. Этот опыт закрепляется и формирует определенные модели поведения с другими людьми, которые передаются из поколения в поколение. В каждом обществе складывается определенная культура взаимоотношений и взаимодействия между родителями и детьми, возникают социальные стереотипы, определенные установки и взгляды на воспитание в семье, и вряд ли будет преувеличением сказать. Что цивилизованность общества определяется во многом отношением к детям.

Многие родители достаточно хорошо осознают недостатки своего воспитания, но очень часто им не хватает элементарной психологической грамотности, чтобы решить свои проблемы.

Страх наркомании, преступности среди молодежи, активизация различных религиозных и неонацистских объединений не способствует эффективному взаимодействию и взаимоотношению между детьми и их родителями (законными представителями или лиц, их заменяющих). Под воздействием пугающей информации, процветает домашнее насилие. Страх за детей не улучшает взаимоотношение в семье.

Одним из пионеров исследования взаимодействия взрослого с ребенком по праву можно считать А. Адлера. Основными понятиями Адлерского воспитания родителей является «равенство», «сотрудничество», «естественные результаты». С ними связаны два центральных принципа воспитания: отказ от борьбы за власть и учет потребностей ребенка. А. Адлер подчеркивал равенство между родителями и детьми, как в области прав, так и в области ответственности, - равенство, но не тождественность. Необходимо, чтобы родители умели уважать уникальность, индивидуальность, неприкосновенность детей с самого раннего возраста. Основным принципом семейного воспитания, по А. Адлеру, является взаимоуважение членов семьи. Самосознание ребенка он ставит в прямую зависимость от того. Насколько его любят и уважают в семье.

Все родители переживают за своих детей и желают им только добра. Однако некоторые взрослые переживают так сильно, что из-за своих эмоций даже не могут подобрать нужных слов, чтобы правильно донести до ребёнка свои мысли и при этом не обидеть его. А ведь, на самом деле, это просто. Главное – следовать простым правилам, которые помогут найти с детьми общий язык.

#### **Правило первое: обсуждайте не ребёнка, а его поступки.**

Дети очень эмоциональны, чувствительны, ранимы и хотят, чтобы родители гордились ими, поэтому тяжело переносят критику.

К тому же, не все дети понимают намёки и воспринимают слова взрослых буквально. **К примеру**, когда родители говорят: «Горе моё», «За что мне такое наказание?», то они хотят донести до ребёнка информацию о том, что он сделал что-то не так и должен исправиться. Но дети ещё не умеют выстраивать логические цепочки. И подобные фразы воспринимают буквально: «Я горе для мамы/папы».

Поэтому родителям лучше разговаривать с детьми на понятном им языке, и обсуждать не самого ребенка, а поступок, который он совершил. К примеру, если ребенок получил на уроке двойку, то родителям рекомендуется в спокойной обстановке выяснить почему это произошло, что помешало выполнить задание учителя. Такой разговор с ребенком позволит установить с ним доверительные отношения, и в будущем он не будет бояться обсуждать с вами свои проблемы, потому что будет знать, что вы ему поможет их решить, а не просто раскритикуете.

#### **Правило второе: не сравнивайте ребенка**

В разговорах с детьми нельзя их сравнивать с другими детьми или вообще с кем-либо. Часто можно слышать такие фразы: «Вася, всегда приходит домой вовремя, а тебя не дозовешься», «У Маши всегда пятёрки, а для тебя тройка – достижение».

Подобными фразами родители только понижают самооценку ребенка, он понимает, что хуже остальных детей. А ведь родители хотели всего лишь сказать, что ему надо: научиться следить за временем и лучше учиться.

Поэтому правильнее, например, сказать так: «Пожалуйста, будь пунктуальным, старайся приходить в то время, о котором мы договариваемся – это очень важно». Затем можно выяснить, по какой причине ребёнок задержался. И разговор нужно вести спокойным тоном, без повышения голоса.

Конечно, приводить положительные примеры, на которые ребенок мог бы ориентироваться, можно и нужно, но без сравнений. Допустим, фразу допустимо построить так: «Пунктуальность – это качество дисциплинированных людей, например, твой папа всегда приходит вовремя – коллеги ценят его за это, потому что в пунктуальности проявляется уважение к другим людям».

#### **Правило третье: не обвиняйте ребенка в неудачах**

Дети только учатся жить, поэтому неправильно ожидать от них того, что уже умеют взрослые.

Сгоряча родители могут сказать: «Ты неумейка, сколько тебя не учи – всё бес толку», «Что ты натворил (натворила)?».

А между тем, ошибки детей – это, на самом деле, ошибки родителей. Ведь дети умеют ровно то, чему их научили. Ну а если ребенок медленно усваивает, так это тоже не его вина. И критикой можно добиться лишь того, что ребенок вообще перестанет делать то, что у него плохо получается, у него будет низкая мотивация, неуверенность в своих силах, безынициативность.

Поэтому родителям рекомендуется заменять привычные фразы, например, на такие: «Давай попробуем сделать это еще раз, я тебе помогу», «Попробуй ещё раз, у тебя обязательно

получится!»), «Я очень радуюсь твоим успехам» (эту фразу надо говорить даже при незначительных успехах).

#### **Правило четвертое: ребенок полноценный член общества**

Взрослые не любят, когда дети вмешиваются в их разговоры. И могут сказать: «Не суй нос, куда тебя не просят» или «Не твоего ума дело».

Безусловно, дети не должны присутствовать при взрослых разговорах. Но это не означает, что их надо унижать, когда они из-за своего любопытства всё же вмешиваются в беседу.

Обидные фразы, которые в будущем могут вообще отбить у ребенка желание участвовать в каких-либо обсуждениях и спорах в компаниях, лучше заменить на такие, которые не унижат ребенка, но объяснят ему его ошибку: «Твое мнение важно для нас, но сейчас у нас очень важный взрослый разговор, и дети не должны участвовать в таких разговорах».

Ну а если папам и мамам принципиально, чтобы ребенок вообще не слышал каких-либо обсуждений, тогда его можно заранее попросить какое-то время не входить в комнату.

Если же разговор не имеет важности, то ребенку можно дать право находиться в комнате и высказываться. Потому что даже первоклассники уже чувствуют себя взрослыми и хотят, чтобы их мнением интересовались.

#### **Правило пятое: не убивайте словом**

Все знают, что словом можно убить, а можно и спасти человека.

Поэтому, если родители не хотят вырастить из ребенка неудачника, неуверенного и несамостоятельного человека, то они не должны говорить ребенку такие фразы: «Без разрешения никогда ничего не делай!», «Тебе нельзя пирожки, ты уже и так самая толстая в классе».

После таких фраз ребенок в лучшем случае обидится на родителей, а в худшем - перестанет верить в себя и свои силы. А ведь всем родителям хочется, чтобы их дети были уверенными в себе и самостоятельными.

Разумнее говорить так: «Давай обсудим, а потом ты сделаешь сам», «Ты очень самостоятельный – я тобой горжусь!».

А что касается внешности, то родители вообще не должны критиковать детей, лучше записать ребенка в секцию, театральный кружок, готовить ему вкусную и здоровую еду, и вместе радоваться достижениям.

Важно помнить, что для детей родители – это не просто мама и папа, а главные люди в жизни, от которых ребенок ждёт защиты, помощи, советов, но никак не унижений и критики. Нельзя забывать, что даже если дети рассуждают, как взрослые всё равно они всё ещё дети, и невзначай, со зла сказанное слово может изменить всю их жизнь не в лучшую сторону. Поэтому родители должны исключить из общения с детьми такие фразы как «уйди с глаз долой», «это твои проблемы», «как ты мне надоел». Чтобы не случилось, нужно найти в себе силы и сказать: «Я тебя люблю. Давай разберёмся вместе!»

#### **Просмотр небольшого сюжета документального фильма «Любочка» с дальнейшим обсуждением**

Вывод: Многие эксперты говорят о жестокости в семье, которая порождает встречную жестокость. В частности, дети усваивают ту модель поведения, в которой они воспитываются в семье, а затем копируют её в своей жизни.

#### **Есть несколько секретов, которые помогут вам слушать своих детей.**

1. Уделите им все свое внимание. Смотрите им в глаза и сосредоточьтесь на том, что они говорят. ...
2. Используйте жесты и мимику. ...



3. Задавайте вопросы. ...
4. Повторяйте то, что говорят дети. ...
5. Хвалите **детей** за то, как они объясняют разные вещи.

#### Приложение 4 к программе «Любите тех, кто рядом»

### **«Сказка-подсказка», сюжетно-ролевая игра для несовершеннолетних младшего школьного возраста**

Не стоит концентрироваться на жестоком обращении с детьми только в семье. Необходимо рассмотреть проблему более широко: жестокое обращение на улицах, в кругу сверстников и на отдыхе. Жестокое обращение с детьми – проблема не только семьи, но и всего нашего общества.

Создать ребёнку безопасное пространство исключая насилие, формировать у детей безопасное поведение в социуме – можно при помощи сказочных сюжетов.

Сказка – это не только развлекательное чтение, испокон веков она использовалась как инструмент для обучения и воспитания детей, как основа безопасности их дальнейшей жизни. В сказке заключён весь потенциал народной мудрости.

#### ***Как разрешать сложные ситуации с помощью сказок. Терапевтические сказки***

Сказочные истории, былины, мифы помогают в решении таких проблем, как:

- преодоление детских страхов;
- переживание негативных эмоций и стресса;
- подготовка к новым жизненным событиям – переезд, путешествие, развод родителей, рождение братьев и сестер;
- разрешение конфликтов со сверстниками;
- в качестве мотивации к учебе;
- знакомство ребенка с основами безопасности (поведение с опасными предметами, общение с незнакомцами и т.д.);
- прививание навыков самообслуживания и личной гигиены и т.д.

Конечно, сказка – не панацея от всех бед, но помощь от нее ощутимая.

Терапевтические сказки – это истории о проблемах и переживаниях, с которыми сталкивается ребенок. Он не только узнаёт о способах достижения цели, но и формирует уверенность в своих силах. Для того, чтобы история «попала в цель», необходимо правильно ее выбрать, а в некоторых случаях придумать самим, чтобы она наиболее полно отражала проблемы ребенка. Интересные истории настолько увлекают детей, что они начинают принимать правильные типы поведенческих реакций и примерять их на себя.

#### ***Примеры терапевтических сказок***

С детскими страхами помогут справиться истории «Трусливый Ваня» Константина Ушинского, «Прожорливый башмак» Алексея Толстого, «Приключения муравьишки» Виталия Бианки, «Крошка Енот» Лилиан Муур. В моменты сильного страха героев анализируйте с ребенком происходящее, чтобы увидеть, как «у страха глаза велики».

Признавать вину может помочь сказка Софьи Прокофьевой «Не буду просить прощения», в которой из-за нежелания Васи извиниться перед мамой наступили Великие Холода. Попробуйте проиграть несколько вариантов развития событий после наиболее ярких фрагментов.

Обманщиков поможет перевоспитать история Джанни Родари «Джельсомино в Стране Лгунов», где герой оказывается в стране, где нельзя говорить правду. В этой сказке обращайте внимание ребенка на эмоции персонажей.

Сказкотерапия эффективна для детей с 2 лет, соответственно к возрастным кризисам можно подготовиться заранее. Смело берите терапевтические сказки “на вооружение”!

Задачи такого занятия - научить ребёнка правильно вести себя в ситуации насильственного поведения незнакомого человека над ним и научить ребёнка правильно просить о помощи.

При проведении занятия необходим дидактический материал - иллюстрации к сказкам: «Снежная королева», «Кот, петух и лиса», «Колобок», «Приключения Буратино», «Волк и семеро козлят».

Несмотря на то, что все эти сказки такие разные, они помогают понять ребёнку, в какие опасные ситуации можно попасть, если не соблюдать правила безопасности. Занятие проходит в виде путешествия по сказкам (предварительно дети читают эти сказки). Занятие является групповым и проводится для детей 6 – 7 лет. Ребята садятся полукругом на стульчики. Желательно, чтобы звучала музыка, например, П. Чайковского «Времена года». На фоне музыки педагог-психолог начинает погружение детей в сказку:

Представьте: улица, зима, холод, вдруг на санях появляется Снежная королева и увозит Кая с собой ...

Начинаем обсуждение сказки, если дети затрудняются с ответами, надо прочитать отрывок из сказки.

**Вопросы:** - ребята, как называется эта сказка?

- Куда Снежная королева унесла мальчика?

- Правильно ли поступил Кай, когда привязал свои санки к большим саням, в которых «сидел кто-то укутанный в белую меховую шубу и в такой же шапке»?

Из этой сказки следует **первое правило**, как обезопасить себя от незнакомых людей.

**Не гулять до темноты и не садиться в транспорт к незнакомым людям!**

Путешествуем дальше.

Вот колобок встретился с лисой...

- Из какой сказки эта хитрая плутовка?

- Что же произошло дальше...?

Случилась эта печальная история потому, что Колобок один ушёл из дома, поверил притворщице Лисе, за что и поплатился – попал в беду.

Из этой сказки мы выведем такое правило:

**Не ходи один в безлюдных местах!**

Путешествие продолжается.

Вот злобный Карабас схватил и куда - то потащил Буратино.

**Вопросы:**

- Из какой сказки эти герои?

- Что же случилось?

Буратино не послушал папу Карло, пошёл не в школу, а в театр, один, поэтому и попал к Карабасу.

Здесь нужно запомнить такое правило:

**Слушайся родителей, не вступай в разговор с незнакомыми людьми.**

Путешествуем дальше.

Вот мы видим волка, который забрался в дом к козлятам.

**Вопросы:**

- Как называется эта сказка?
- Что же произошло?
- Разве мама коза не предупреждала своих деток?

Из этого следует правило:

**Не открывай дверь не знакомому человеку!**

Путешествие продолжается.

Слышится крик. «Несет меня лиса, за тёмные леса, Котик – братик, выручи меня!»

Ребята, откуда этот голос? Кто зовёт на помощь?

**Вопросы:**

- В чём опрометчивость Петушка?
- Как злоумышленница Лиса ухитрилась украсть Петушка?
- Правильно ли делал Петушок, что кричал и звал на помощь?

Хоть и Петя испугался, К счастью, он не растерялся, громко крикнул: – ПОМОГИТЕ! От лисицы защитите!!!

Из этой сказки следует такое правило:

**Не стесняйся громко кричать и просить о помощи!**

**Вопросы:** Если незнакомец хватает ребёнка за руку и тащит его за собой, что нужно делать? (Кричать).

Но как кричать? Окружающие могут подумать, что кричит просто капризный ребёнок. Кричать надо так: «На помощь, помогите! Я этого человека не знаю!»

Что делать, если тебя пытаются взять на руки незнакомые люди? (Тоже кричать).

Если тебя хотят затащить в машину, кричи: «Помогите, меня увозят чужие люди!»

Вот таким образом, дети могут узнать, чему учат сказки.

Приложение 5 к программе «Любите тех, кто рядом»

**«Конфликт в семье», сюжетно-ролевая игра для несовершеннолетнего среднего звена**

**Цель:** донесение информации о конфликтах и возможных способах их разрешения.

**Задачи:**

1. Определить понятие «конфликт»;
2. Формировать умение отстаивать свою позицию;
3. Воспитывать культуру поведения

**Оборудование:**

- схема «Что такое конфликт»,
- таблички со словами «ХОРОШО» и «ПЛОХО»,
- листы бумаги А4, имитирующие парашюты

**Ход мероприятия**

1. Организационный момент.

Здравствуйте, ребята! Сегодня мне хотелось бы затронуть очень трудную тему «Жизнь без насилия», а конкретнее хотелось бы остановиться на конфликтах. Но для начала я предлагаю нам всем еще раз поздороваться, но не просто сказать друг другу «Здравствуйте!», а немного поиграть.

2. Игра «Привет другу».

Сейчас мы все вместе два раза хлопаем в ладоши, затем два раза хлопаем по своим коленям. После этого я вытягиваю правую руку с поднятым большим пальцем вперед и называю свое имя, потом вытягиваю левую руку и называю имя того, кому передаю привет. Этот человек вытягивает правую руку и называет свое имя, левую – имя другого человека. Итак, пока не будут подняты все руки.

Теперь можно продолжить наш разговор.

3. Что же такое конфликт?

Итак, давайте вместе разберемся, что же такое конфликт.

Есть ли конфликтам место в нашей жизни? (Ответы детей)

Какие конфликты случаются в вашей жизни? (Ответы детей)

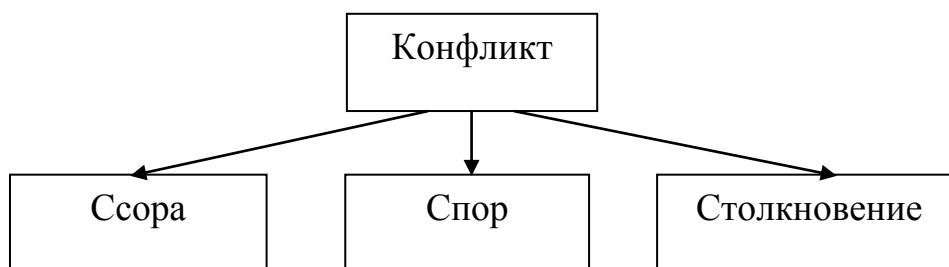
А сейчас небольшой вопрос для раздумий: конфликты – это хорошо или плохо? (Ответы детей; обобщенные варианты записываются на доске)

#### ПЛОХО

- Плохое настроение
- Вред общению (люди не могут разговаривать друг с другом)
- Вред совместному труду и т.д.

#### ХОРОШО

У каждого человека должно быть свое мнение и не бывает, чтобы у людей было мнение одинаковым, поэтому начинаются споры.



*Ссора* – состояние взаимной вражды, размолвка, взаимная перебранка, в результате чего, человек испытывает обиду.

*Спор* – словесное состязание, обсуждение чего-либо, где каждый отстаивает свою точку зрения.

*Столкновение* – стычка, бой

***Конфликты бывают внутренние и внешние.***

Внутри нас живут стрессы, злость, иногда ненависть к себе, зависимость от каких-либо факторов, которая вас угнетает, и вы ничего не можете с этим поделать. Мы не можем преодолеть определенные желания. Внутренний конфликт переходит с личного уровня на конфликт между людьми (в семье – между родителями и вами, их детьми).

Внутренние конфликты важны для принятия решений и определяют нашу систему ценностей. Внутренние конфликты - основа этики и морали, именно они заставляют нас задуматься о вопросах нравственности. Понятию «внутренний конфликт» очень близко понятие «совесть».

Итак, каждый человек сам для себя решает конфликт – это хорошо или плохо.

А что же делать, если у вас с кем-то произошел конфликт. (Ответы детей).

Можно:

- бурно ругаться,
- молча злиться,
- можно обратиться к другому человеку за помощью (воспитатель, классный руководитель, психолог, социальный педагог),
- договориться самим,
- уступить.

**Советы: Как правильно поссориться?**

- Вы чем-то раздражены? Вас что-то сердит? Не скрывайте это. Не копите в себе обиду.

- Не кричите. В ссоре прав не тот, кто громче кричит и перебивает, даже если в итоге кажется, что именно этот человек победил. Как бы вы ни были раздражены, постарайтесь начать с того, чтобы максимально спокойно объяснить, что вас, собственно, не устраивает.

- Слушайте друг друга. Каждый имеет право высказать свою точку зрения.

- Не обзывайтесь. От того, что эта ссора возникла, человек, с которым вы ссоритесь, вообще-то не перестал быть вашим любимым.

- Прерывайте ссоры. Сделайте перерыв. Остановитесь до того, как наговорите вещей, за которые потом придется отдельно извиняться.

**4. Игра «Ванька-встанька».**

В конце нашего занятия я хочу пожелать вам, чтобы в вашей жизни было как можно меньше конфликтов. А для этого необходимо ориентироваться в намерениях, состояниях других людей. И сейчас я предлагаю узнать, как же вы чувствуете друг друга. Я буду называть числа. После того, как число названо, должны встать именно столько человек, какое число прозвучало (не больше, не меньше). Выполнять задание нужно молча.

**5. В заключении послушайте следующие высказывания:**

- если ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть.
- если ребенок живет во вражде, он учится агрессивности.
- если ребенка высмеивают, он становится замкнутым.
- если ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины.
- если ребенок растет терпимости, он учится принимать других.
- если ребенка подбадривают, он учится верить в себя.
- если ребенка хвалят, он учится быть благодарным.
- если ребенок растет в честности, он учится верить в людей.
- если ребенок живет в безопасности, он учится верить в людей.
- если ребенка поддерживают, он учится ценить себя.
- если ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире.

Итак, выводы, которые можно сделать по окончании нашей сюжетно-ролевой игры:

1. В конфликте не бывает победителей: всегда проигрывают две стороны. Поэтому нет смысла доказывать, кто виноват больше.
2. Начинайте беседу с описания конкретной ситуации, которая вас не устраивает.
3. Расскажите, что вы чувствуете в этой ситуации.

4. Старайтесь выслушать противоположную сторону. Дети и родители по-разному воспринимают одну и ту же ситуацию.

#### Приложение 6 к программе «Любите тех, кто рядом»

### «Территория права», интерактивная игра для несовершеннолетних от 12 до 17 лет

**Цель:** социально-правовое просвещение несовершеннолетних.

**Задачи:**

1. Формировать основу правовой культуры, закрепить знания несовершеннолетних о значении Конституции и всех нормативных документов, защищающих права человека, о видах ответственности за нарушение права.

2. Способствовать выработке у несовершеннолетних осознанного уважения к праву, к основному закону государства, активной гражданской позиции.

**Целевая группа:** несовершеннолетние от 12 до 17 лет

**Форма:** деловая игра

**Количество времени:** 80 минут

**Инструментарий:** столы, стулья, ватман, мелки, маркеры, простые карандаши, конверты с раздаточным материалом, карточки со статьями из Конвенции по правам ребенка, иллюстрации к сказкам, кроссворд, определения нормативных документов, карточки с описанием действий человека, карточки со словами (поговорки), листы бумаги, разделенные на две части (уголовная ответственность и административная ответственность), отдельно каждая ситуация – проступок.

**Ожидаемый результат:** умело применять в повседневной жизни свои знания из области прав человека (ребенка), опираясь на нормативно-правовые акты.

**Актуальность:** любой человек, начиная с самых юных лет, сталкивается с ситуациями, когда необходимо знать свои права и обязанности. По мере взросления подростки не знают, как поступить, как защитить свои права. Что делать, с кем посоветоваться, куда идти за помощью? Поэтому, мы, педагоги, родители, не должны ждать, когда ребенок обратится к нам за помощью или советом, а ежедневным примером и словом воспитывать ответственность за слово и дело.

### Интерактивная игра «ТЕРРИТОРИЯ ПРАВА»

*Присутствующие рассаживаются по командам*

**Цель:** провести работу по формированию основ правовой культуры, закреплению знаний несовершеннолетних о значении Конституции и всех нормативных документов, защищающие права человека, о видах ответственности за нарушение права. Способствовать выработке осознанного уважения к праву, к основному закону государства, активной гражданской позиции.

№	Название конкурса	Описание задания	Оборудование
1.	«Конвенция и сказочные герои»	Соотнесение статей Конвенции по правам ребенка со сказочными героями народных сказок	карточки со статьями Конвенции и иллюстрации народных сказок
2.	«Кроссворд»	По данным определениям найти и записать название нормативных	кроссворд, напечатанные определения нормативных

		документов в данные клетки.	документов
3.	«Права и обязанности»	Каждой команде предлагаются карточки. Необходимо соотнести действия либо к правам, либо к обязанностям.	карточки с описанием действий
4.	«Уголовное право в пословице»	Из отдельных слов сложить пословицу и объяснить ее обозначение	карточки со словами
5.	«Сложная ситуация»	Соотнести ситуацию к уголовной или административной ответственности	лист бумаги разделенный на две части (уголовная ответственность и административная ответственность), отдельно каждая ситуация-проступок
6.	«Закон и мы»	Изготовление плаката на правовую тему	½ листа ватмана, цветные мелки, маркеры

Здравствуйте, дорогие друзья, уважаемые взрослые. Тема нашей встречи «Территория права». Речь сегодня пойдет о правовой культуре гражданина РФ, о его ответственности, об основных правовых документах, которые регулируют юридические вопросы государства. Я предлагаю провести небольшой экскурс по основным законам, которые определяют права, обязанности и ответственность граждан Российской Федерации.

- Как известно, давным-давно, тысячи лет назад, на Земле появились люди. Одновременно с ними появились главные вопросы. Что люди могут делать, и чего не могут? Что они обязаны делать и чего не обязаны? На что имеют право и на что не имеют? Права есть у всех людей. Их никто не дает, человек *получает права от рождения*. Все мы - люди, и мы все равны, а значит у нас одинаковые, равные права.

Все мы разные, у нас разные вкусы, неодинаковая внешность, у каждого человека есть что-то свое, что отличает его от остальных людей. Все мы понимаем друг друга, у нас есть что-то общее, что нас объединяет». *Общее, что есть у всех людей - это права человека.*

Итак, *право – это самые важные для совместной жизни общие для всех людей правила поведения, которые должны охраняться государством.* Но помимо прав у каждого человека есть еще и *обязанности – это круг действий, возложенных на кого-нибудь и безусловных для выполнения.*

Права человека делят на гражданские, политические, экономические и культурные. Главный документ Российской Федерации, который стоит на защите прав своих граждан – это Конституция Российской Федерации. В ней прописано, что государство обязано соблюдать, гарантировать и защищать права человека. А в помощь Конституции приняты и работают такие законы как:

- Семейный кодекс Российской Федерации;
- Гражданский кодекс Российской Федерации;
- Уголовный кодекс Российской Федерации;
- Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации, а также приняты документы международного масштаба. Это:
- Всеобщая декларация прав человека;
- Конвенция о правах ребенка.

И мы должны помнить, что, пользуясь своими правами, не нарушайте права других! Не забывайте, кроме прав, у каждого есть и обязанности!

*см. презентацию «Права и обязанности граждан Российской Федерации»*

### **II часть**

- А теперь я предлагаю вам все услышанное закрепить в конкурсной программе, которую мы вам приготовили.

Не всякая выдумка становится сказкой. Из поколения в поколение передаётся лишь то, что было важно для людей. Сказки выражали мудрость своего народа, его стремления, мечты. Перед вами карточки, где прописаны статьи из Конвенции по правам ребенка. Вам необходимо соотнести статьи к данным сказкам. Каких сказочных героев нарушены права? В чем это выражается?

#### **I конкурс «Конвенция и сказочные герои»**

**Статья № 34:** Государство обязуется защищать ребенка от всех форм эксплуатации, предотвращать похищение, торговлю детей. (*сказка «Гуси – лебеди», «Право на свободу и неприкосновенность»*)

**Статья № 6:** Государство – участники признают, что каждый ребенок имеет неотъемлемое право на жизнь. Государство – участники обеспечивают в максимальной степени выживание ребенка. (*сказка «Морозко», «Колобок», «7 козлят», «Право на жизнь»*)

**Статья № 37:** Право на недопущение лишения свободы незаконным или произвольным образом. (*сказка «Маша и Медведь», «Карлик нос», «Право на свободу и неприкосновенность»*)

**Статья № 19, 33, 34:** Право на защиту от всех форм физического и психологического насилия, грубого обращения и эксплуатации. От попыток и жестокости, бесчеловечных и унижающих достоинств. (*сказка «Лиса и серый волк», «Право на честь и достоинство»*)

**Статья № 16:** Право на неприкосновенность жилища, тайну корреспонденции, на защиту закона от незаконного посягательства на честь и репутацию. (*сказка «Теремок», «Чиполино», право на защиту собственности*)

**Статья 23.** Каждый человек имеет право на труд, свободный выбор работы, справедливые условия труда и защиту от безработицы. (*«Маленький Мук», «Сказка о попе и работнике его Балде»*).

**Статья 17.** Каждый человек имеет право владеть имуществом. (*«Золотой ключик», «Летучий корабль», «Лиса и заяц»*).

**Законы сказочных героев:** дружба; защита слабых; трудолюбие; честность; взаимопомощь

#### **Выполнение задания**

- Ну, что ж, я предлагаю перейти ко 2<sup>му</sup> конкурсу. Вам предлагается кроссворд. По данным определениям найдите и запишите название нормативных документов в данные клетки. Как только справитесь с заданием – понимаете руку. По окончании назовете основное слово кроссворда.

#### **Карточки:**

<b>№ п/п</b>	<b>Определение</b>	<b>Название документа</b>
1.	.... - о самые важные для совместной жизни общие для	<b><i>права</i></b>



	всех людей правила поведения, которые должны охраняться государством.	
2.	настоящий Федеральный закон устанавливает общие принципы и начала правового регулирования отношений в сфере образования, государственные гарантии прав и свобод в образовании Российской Федерации.	<b>образование</b>
3.	законодательный акт, содержащий в систематическом изложении нормы права, относящиеся к определённому кругу вопросов административного законодательства. (КоАП РФ)	<b>административный</b>
4.	международный документ, в котором прописаны права человека	<b>декларация</b>
5.	основной и единственный источник уголовного права, единственный нормативный акт, устанавливающий преступность и наказуемость деяний на территории Российской Федерации - России.	<b>уголовный</b>
6.	правовой акт, регулирующий социально – трудовые отношения между работниками и работодателями и заключаемый на уровне Российской Федерации, ее субъекта, территории, отрасли, профессии.	<b>соглашение</b>
7.	... – это документ, в котором излагаются права и обязанности (возможность что-то делать, осуществлять) граждан, проживающих в том или ином государстве.	<b>конституция</b>
8.	круг действий, возложенных на кого-нибудь и безусловных для выполнения	<b>обязанность</b>
9.	многосторонний международный договор	<b>конвенция</b>

*Выполнение задания*

- Задание № 3 – «Права и обязанности». Каждой команде предлагаются карточки. Необходимо соотнести действия либо к правам, либо к обязанностям.

*Выполнение задания*

- Спасибо. Следующее задание. Конкурс называется «Уголовное право в пословице». Перед вами конверты, там находятся отдельные слова. Задание: из отдельных слов составьте пословицу, а после объясните, что она обозначает.

1. Кровь не водица – прольешь, не испарится! (ст. 105 – убийство, стр. 4)
2. Молодец против овец, а против молодца и сам овца. (ст. 116 – побои, стр. 6)
3. Клевета, что уголь, не обожжет, так замарает. (ст. 129 – клевета, стр.10)
4. Собака лает – ветер носит. (ст. 130 – оскорбление, стр. 12)
5. Сколько вору не воровать, а расплаты не миновать. (ст.158 – кража, стр. 14)
6. Добры люди – молотить, а худые замки колотить. (ст. 161 – грабеж, стр. 16)
7. Кто памятник разбил, тот предков оскорбил. (ст. 214 – вандализм, стр.24)
8. К зелью потянешься – с бедой обвенчаешься. (ст. 228 – незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, ПАВ или их аналогов, стр.26)
9. Малых обижая, сильным не станешь! (ст. 245 – жестокое обращение с животными, стр.28)

10. Худой мир лучше доброй ссоры. (ст. 282 – возбуждение ненависти либо вражды, а равно унижение человеческого достоинства, стр. 30)

11. Кто вчера солгал, тому и завтра не поверят. (ст. 207 – заведомо ложное сообщение об акте терроризма, стр. 20)

*Выполнение задания*

- Это было сложное задание, но вы с ним справились. Молодцы!

- В жизни бывает много разных ситуаций и не в каждой можно найти правильный выход, найти правильный ответ на той или иной вопрос. Конкурс называется «Сложная ситуация». У вас на столах лежат листы бумаги, разделенные на две части. 1 колонка - уголовная ответственность и 2 колонка – административная ответственность и отдельно описанные ситуации. Ваша задача – определить и разложить ситуации по важности ответственности: либо ситуация носит административную ответственность, либо уголовную. Задание понятно, приступаем к работе. По окончании – поднять руку.

- Пассажир автобуса не оплатил проезд. (А)
- Нанесение побоев. (А)
- Нецензурная брань в общественном месте. (А)
- Распитие в общественном месте спиртосодержащей и алкогольной продукции. (А)
- Этот вид ответственности наступает с 16 лет. (У)
- Заведомо ложное сообщение о готовящемся взрыве в школе. (А)
- Употребление наркотических и психотропных средств в общественном месте. (У)
- Справление естественных надобностей в непредназначенных для этих целей местах. (А)
- Унижение чести и достоинства другого лица. (А)
- Тайное хищение чужого имущества. (У)
- Угон автотранспорта несовершеннолетним. (У)
- Несовершеннолетний Иван, злоупотребив доверием несовершеннолетнего Романа, путем обмана завладел его телефоном. (У)
- Надписи нецензурного содержания в общественных местах. (А)

карточка

<b>АДМИНИСТРАТИВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ</b>	<b>УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ</b>

*Выполнение задания*

- Вот уже на протяжении многих лет ноябрь месяц проходит под эгидой месячника правовых знаний. В течение этого месяца проходит большое количество мероприятий. Вот и наша встреча проходит в рамках этого месячника. И следующий конкурс – конкурс творческий и художественный. Тема плаката – «Закон и мы». Перед вами ватман, мелки и ваше вдохновение. Не забывайте, что в плакате должен быть или призыв, или название темы вашего плаката. Если вы готовы, то можно приступать к работе.

*Выполнение задания*

- Ваши плакаты мы разместим в холле нашего учреждения. Сегодняшняя встреча была интересна и плодотворной. И на память о нашей игре позвольте вручить вам благодарственное письмо.

### **Совместные мероприятия родителей с детьми**

Ни для кого не секрет, что наибольшее влияние на развитие личности ребенка оказывает семья. Семья — это первое социальное окружение, в котором человек усваивает основные нравственные ценности, получает первичные знания и обретает основные умения и навыки деятельности, общения и ведения правильного (здорового) образа жизни. Семья – своеобразная педагогическая академия. Поэтому все, что недополучено в детстве, восполняется с большим трудом, а иногда и вовсе не восполняется. И потери эти во многом являются следствием того, что в семье отсутствовала совместная досуговая деятельность.

Педагоги и психологи со всего мира уверяют: совместные занятия творчеством родителей и детей развивают глубокое доверие в их отношениях. Кроме того, они оказывают крайне положительное влияние на развитие правильных качеств ребёнка и учат его эффективному сотрудничеству.

В рамках комплексной программы по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних особое значение будет уделено совместной деятельности несовершеннолетних и их родителей (законных представителей, лиц, их заменяющих).

1. Проведение онлайн конкурса в рамках профилактики жестокого обращения с детьми **Арт - объект «Ремень не для наказания, или Чудесные превращения ремня».**

Акция направлена на поддержку ответственного родительства и продвижение его главного принципа, утверждающего: воспитание — это всегда диалог, а не насилие.

Конкурс будет объявлен среди школьников образовательных организаций (в соответствии с Положением о проведении конкурса).

На конкурс будут приниматься фото “изобретений” с использованием любого ремня или нескольких ремней как символа поддержки мнения «Ремень – не наш метод воспитания» и отказа от физического наказания ребёнка.

Результаты конкурса будут подведены на заключительном мероприятии «Воспитание – это всегда диалог, а не насилие».

2. Проведение Акции для родителей **«ЧП – честное признание»**

**Цель:** формирование активной гражданской позиции к проблеме жестокости в семье, предупреждение фактов насилия над детьми.

Родителям (законным представителям, лицам, их заменяющим) будет представлена возможность почувствовать себя ребенком. Но ребенком, который провинился и его родители очень недовольны.

#### **Интерактивные кабинки**

1. Первая кабинка предлагает взрослому как бы «встать в угол», а в наушниках в это время звучит голос «отца».

2. Во второй кабинке участник прослушает запись с голосом «матери». И «отец», и «мать» при этом высказываются в жестком и недопустимом тоне.

3. Третья кабинка призвана закрепить полученный эмоционально-психологический эффект с помощью информации о последствиях физического наказания.

4. В четвертой кабинке, с целью вывода родителей из стрессовой ситуации, полученной в первых трех кабинках, будет предложена аудиозапись с добрыми словами обоих «родителей» и визуальный ряд с фотографиями счастливых семей, и детей.

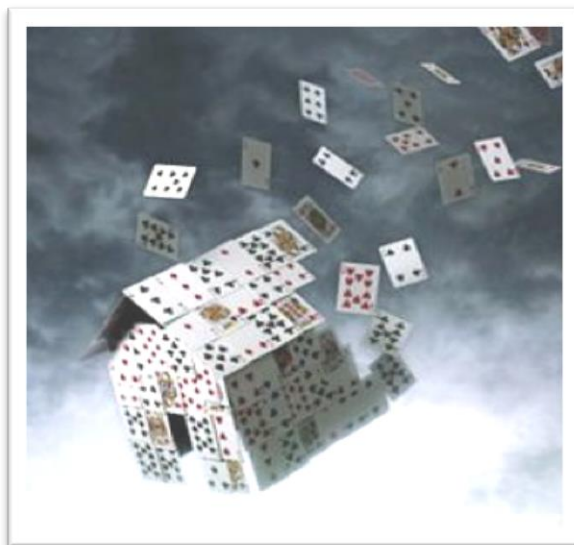
Внутри кабинок размещаются фотографии детей со следами побоев, ремни и детские игрушки. В ходе акции родители могли получить бесплатную консультацию психолога.

Кабинки используются для того, чтобы участник мог не обращать внимание на то, что его окружает, не реагировать на взгляды, поведение других людей. Уединившись со своими мыслями и предложенным материалом, не думать о своем выражении лица и не стесняться, возможно, неожиданной для себя реакции, сделать выводы без дополнительного влияния сторонних факторов.

Сочетание визуального ряда внутри кабинки и аудиозаписи позволит создать состояние внутреннего протеста у участников акции против продемонстрированных способов воспитания и наказания детей.

В конце мероприятия родителям предлагается выразить своё мнение о проведённой акции, оставив отзывы, посмотреть фото выставку поделок из ремней.

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ  
«КАРТОЧНЫЙ ДОМИК»**



**Авторы:**

*И.А. Галимьянова, психолог бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

*Е.Н. Первалова, психолог бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

*Программа утверждена Методическим советом бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» 27.08.2020, Протокол № 3.*

*Программа прошла внешнюю экспертизу в бюджетном учреждении Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания» (письмо БУ «Ресурсный центр развития социального обслуживания» от 09.09.2020 № 15/07-Исх-1634).*

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Актуальность**

В течение жизни семьи проходят различные стадии кризисов. При возникновении нормативных и ненормативных кризисов не все семьи способны самостоятельно решать свои проблемы. Начинается все с того, что

в семье возникает непредвиденная ситуация, при которой может быть потеря работы, болезнь близкого родственника, утрата отношений и т.п. Семья, имеющая внутренние ресурсы, как правило, справляется с возникшими проблемами самостоятельно. Однако, если у семьи отсутствуют эти ресурсы и нет помощи извне, то кризис начинает нарастать, и проблема усугубляется.

Семья в состоянии кризиса уязвима, при этом из статуса среднестатистической она может перейти в семью «группы риска». Поэтому гораздо эффективнее выявлять подобные семьи на ранних стадиях кризиса. Актуальным является раннее выявление семейного неблагополучия на основе межведомственного взаимодействия субъектов системы профилактики и оказание комплексной помощи семье и отдельным ее членам. В социальной работе с неблагополучными семьями, именно, вторичная система профилактики реализует технологию раннего выявления всех видов семейного неблагополучия с целью сохранения кровной, биологической семьи для ребенка и предупреждению таких негативных факторов, как насилие в семье.

Причины возникновения насилия в семье многообразны. В качестве ведущей проблемы современного общества можно назвать потерю морально-нравственных ориентиров, в том числе и ориентированности на семейные ценности, что приводит к усугублению социальных проблем и усилению напряженности в обществе. Необходимо помнить о том, что к насилию всегда ведет комплексное влияние факторов риска окружающей среды, семьи и индивидуального развития. Следовательно, помощь членам семей «группы риска» также должна быть комплексной.

Согласно статистическим данным, только за 1 полугодие 2020 года БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» осуществлялась индивидуальная профилактическая работа в отношении 414 семей (в них 599 несовершеннолетних) «группы риска» по причине ненадлежащего исполнения родителями обязанностей по воспитанию, содержанию, обучению, защите прав и законных интересов детей, а именно:

злоупотребление спиртными напитками, бродяжничество, аморальный образ жизни, отказ от трудоустройства;

употребление наркотических веществ в немедицинских целях;

самоустранение от воспитания и содержания, отсутствие контроля за своими детьми, то есть пренебрежительное отношение;

нарушение функционала семьи (повторные браки, неполные семьи) и др.

Как показывает практика работы, семейное неблагополучие является основной причиной возникновения жесткого обращения или насилия, которое может проявляться в различных формах.

Существует четыре факторные характеристики, которые повышают риск неудовлетворения потребности детей и приводят к насильственным действиям со стороны родителей.

1. Превенция насилия – родители, которые в детстве были жертвами насилия или неудовлетворения потребностей, будут так же применять насилие в отношении своих детей и не заботиться о них должным образом.

2. Родители детей, подвергающихся насилию, часто считают их «не такими как все», уязвимыми в каком-либо отношении.

3. Высокий уровень стресса и возникновение кризисных ситуаций обычно повышают риск жестокого обращения с детьми.

4. Родителям, которые допускают жестокое обращение с детьми, часто не хватает поддержки отдельных людей и общества в целом, это повышает уровень их уязвимости даже перед незначительными стрессовыми факторами, а значит, увеличивает вероятность насилия над детьми.

В одних случаях родители практикуют самоизоляцию и отказываются просить о помощи извне или принимать ее, в других случаях такая помощь им просто недоступна. Отсутствие помощи так же может вести к неисполнению родительских обязанностей. Таким образом, актуальность комплексной программы вторичной профилактики обусловлена тем, что проведение кризисной интервенции, призванной снизить уровень стресса, которому подвержены родители, и усилить имеющиеся у них у них адаптационные и компенсационные механизмы, часто позволяет исключить вероятность рецидивов насилия.

Программа направлена на раннее выявление причин семейного неблагополучия, оказание комплексной помощи семье на основе межведомственного взаимодействия субъектов системы профилактики и организации индивидуальной социально-психологической работы с членами семьи по предупреждению домашнего насилия.

Социальная значимость программы заключается в создании условий, способствующих личностному развитию членов семьи, снижению их психоэмоциональной напряженности, формированию стрессоустойчивости, укреплению семейных традиций, развитию способности к целеполаганию, следованию общечеловеческим ценностным ориентирам, положительным социальным установкам и стратегиям поведения, а также эффективному решению сложившихся трудных ситуаций в семье.

В основу программы положены следующие принципы:

доступности, своевременности, безопасности, тактичности, взаимного доверия и уважения объекта и субъекта социальной работы, конфиденциальности, безоценочности, самостоятельного принятия решений членами семьи.

Предполагается психоэмоциональная стабилизация, формирование навыков эффективной коммуникации, конструктивных взаимоотношений, социально ориентированных ценностей, не противоречащих желанию и возможностям гражданина и его семьи.

Данная программа направлена на вторичную профилактику насилия в семье.

**Целевая группа:** семьи «группы риска» (многодетные, малообеспеченные, неблагополучные, асоциальные, семьи выпускников центров помощи детям, оставшимся без попечения родителей), отдельные ее члены, подвергшиеся насилию в семье.

**Цель программы:** профилактика семейного неблагополучия как одного из факторов возникновения насилия.

**Задачи программы:**

- информировать семьи «группы риска» об учреждениях и организациях, оказывающих помощь лицам, в разрешении трудной жизненной ситуации, а также о способах обращения за помощью;
- оказать комплексную профессиональную помощь семье «группы риска» по выходу из кризисной ситуации;
- организовать поиск оптимальных, альтернативных способов выхода из кризисных ситуаций;
- устранить факты предрасположенности членов семьи к жестокому обращению и (или) насилию и способствовать снижению риска ухудшения семейной ситуации.

**Законодательная база и нормативно-правовое обеспечение системы защиты детей от насилия и жестокого обращения**

Необходимым составным элементом системы защиты детей от жестокого обращения и пренебрежительного обращения к их нуждам и интересам в современном обществе являются законодательные нормы. Они гарантируют обеспечение прав ребенка и предусматривают наказание лиц, виновных в совершении действий, представляющих опасность для жизни и здоровья детей и нарушающих их права и свободы.

Государственная политика в интересах детей всегда являлась приоритетной областью деятельности органов государственной власти во



многих странах, будучи основанной на таких ведущих принципах, как законодательное обеспечение прав ребенка; государственная поддержка семьи в целях обеспечения полноценного воспитания детей, защиты их прав, подготовки их к полноценной жизни в обществе; ответственность должностных лиц, граждан за нарушение прав и законных интересов ребенка, причинение ему вреда.

#### ***Уровень международного права:***

Конвенция ООН о правах ребенка от 20 ноября 1989 года, ратифицированная Союзом (Россией как правопреемницей) 15 сентября 1990 года

#### ***Уровень федеральных органов власти:***

- Конституция РФ;
- Семейный кодекс от 29 декабря 1995 года № 223-ФЗ (ред. от 03.08.2018);
- Уголовный кодекс РФ от 13 июня 1996 года № 63-ФЗ (ред. от 29.07.2018);
- Кодекс РФ об административных правонарушениях.

#### ***Федеральные законы Российской Федерации:***

- Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Федеральный закон от 16 апреля 2001 года № 44-ФЗ «О государственном банке данных о детях, оставшихся без попечения родителей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 01 июня 2012 года № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы».

#### ***Распоряжения Правительства Российской Федерации:***

- Распоряжение Правительства РФ от 25 августа 2014 года № 1618-р «Об утверждении Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 06 июля 2018 года № 1375-р «Об утверждении плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства».

#### ***Законы субъектов Российской Федерации***

➤ Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 10 июля 2009 года № 109-оз «О мерах по реализации отдельных положений Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (установлены меры по содействию физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию детей и предупреждению причинения им вреда на территории ХМАО – Югры);

➤ Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 09 июня 2009 № 85-оз «Об Уполномоченном по правам ребенка в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре».

**Формы работы:** индивидуальное консультирование; семейный тренинг; семинар-практикум; домашнее визитирование; семейное и индивидуальное консультирование; рабочие встречи; психокоррекция; мини-лекция.

**Методы работы:** диагностика (психологическая, социально-педагогическая, социальная) (приложение 1); анкетирование, опрос; просмотр тематических фильмов; информационный обмен (с социальными партнерами).

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Семейно-ориентированный подход является основополагающим в решении проблемы насилия в семьях «группы риска». Комплексные мероприятия Программы, направленные на вторичную профилактику насилия в семье, снимают и снижают взаимную агрессивность, смягчают фрустрационные состояния членов семьи, создают благоприятные условия для разрешения межличностных конфликтов, активизируют поиск способов преодоления кризисов и формирования взаимопонимания в семье.

**Этапы реализации программы:** программа реализуется в три этапа:

1 этап – организационный: 1 месяц

2 этап – практический: 4 месяца

3 этап – аналитический: 1 месяц

Таблица 1

Этапы реализации комплексной программы

Этап	Содержание деятельности	Ответственный
Организационный	<i>Межведомственное взаимодействие:</i> - рабочие встречи с социальными партнерами (соисполнителями программы); - заключение соглашений о взаимодействии; - разработка методических продуктов; - методические, технические учебы для	заведующий отделением методист специалисты по социальной работе

	<p>специалистов-участников программы;</p> <p>- консультации для специалистов, в том числе из числа социальных партнеров;</p> <p><i>Формирование группы участников:</i></p> <p>- сбор актуальной информации о семье «группы риска» (запросы в учреждения-партнеры с целью сбора информации, распределения полномочий, расстановки приоритетных задач);</p> <p>- постановка «социального диагноза» (первоочередное - установление факторов, способствующих возникновению неблагополучия);</p> <p>- установление контакта с семьей, прояснение потребностей в помощи, обсуждение форм сотрудничества, совместных мероприятий</p>	<p>специалист по работе с семьей БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</p>
Практический	<p>Реализация:</p> <p>1 блока «Индивидуальная профилактическая работа с членами семьи»</p> <p>2 блока «Групповая профилактическая работа с семьей»</p> <p>3 блока «Информационно-просветительская работа с семьей»</p> <p>4 блока «Социальное партнерство»</p>	<p>заведующий отделением методист специалисты по социальной работе психологи специалист по работе с семьей БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» субъекты системы профилактики</p>
Аналитический	<p>Оценка эффективности реализации программы</p> <p>Трансляция опыта</p>	<p>заведующий отделением методист психологи специалисты по социальной работе специалист по работе с семьей БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</p>

**Направление деятельности и их содержание:**

- 1) Профилактическое: информационно-просветительская работа с семьей; межведомственное взаимодействие.
- 2) Коррекционно-диагностическое: индивидуальная и групповая работа с семьей, отдельными ее членами.

## **Механизм реализации программы:**

### **Организационный этап**

1. Формирование межсекторальной команды с целью организации межведомственного взаимодействия:

- определение (закрепление приказом) группы исполнителей программы с разграничением аспектов деятельности;
- рабочие встречи с социальными партнерами, соисполнителями программы;
- методические, технические учебы для специалистов-участников программы (приложение 2);
- консультации для специалистов, в том числе из числа социальных партнеров.

2. Формирование группы участников (на основании постановлений комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав при Администрации города Сургута, информации Отделов полиции УМВД России по г. Сургуту):

- сбор актуальной информации о семье «группы риска»;
- запросы в учреждения-партнеры с целью сбора информации, распределения полномочий, расстановки приоритетных задач;
- постановка «социального диагноза» (первоочередно - установление факторов, способствующих возникновению неблагополучия в семье);
- установление контакта с семьей, прояснение потребностей в помощи, обсуждение форм сотрудничества, совместных мероприятий.

### **Практический этап**

*1 блок «Индивидуальная профилактическая работа с членами семьи».*

Включает в себя индивидуальные консультации, коррекцию психоэмоционального состояния (индивидуальные психологические занятия для взрослых и несовершеннолетних).

Данный блок предусматривает индивидуальную коррекционную работу с членами семьей «группы риска» и имеет определенные правила и направления. Принципы данной коррекционной работы направлены на преодоление семейного кризиса и стабилизацию психоэмоционального состояния членов семьи, а также повышение коммуникативной культуры внутри семейных взаимоотношений. Данный блок подразделяется на два направления:

Цикл индивидуальных психологических занятий для несовершеннолетних «Лоскутное одеяло», направленный на стабилизацию психоэмоционального состояния несовершеннолетних членов семьи в период проживания кризиса, снижение уровня тревожности и стресса.

Цикл индивидуальных психологических занятий для взрослых «Цвет домашнего уюта», направленный на стабилизацию психоэмоционального состояния взрослых членов семьи в период проживания кризиса, повышение уровня стрессоустойчивости и принятие старшими ответственности за изменение семейной ситуации к благополучному разрешению (приложение 3).

### *2 блок «Групповая профилактическая работа с семьей».*

Включает в себя групповую форму работы с семьями «группы риска» – цикл интерактивных коррекционных семейных занятий «Карточный домик».

Работа направлена на гармонизацию межличностных и внутрисемейных отношений, развитие коммуникативных навыков, эмоциональной и волевой сферы членов семьи. На занятиях используются игры и упражнения, направленные на совместную позитивную деятельность членов семьи. Установлено, что такого рода занятия выполняют многообразную интегрирующую функцию в семье: снимают и смягчают фрустрационные состояния, снижают взаимную агрессивность членов семьи, создают благоприятные условия для разрешения межличностных конфликтов, поиск способов преодоления кризисов и формирования взаимопонимания в семье, что значительно снижает риск возникновения фактов насилия в семье (приложение 4).

### *3 блок «Информационно-просветительская работа с семьей».*

Информирование населения посредством электронного кейса «Семейные открытки», размещенного на официальном сайте Учреждения (приложение 5).

Тематическое наполнение кейса.

- Мини-лекции: «Воспитание благодарности»; «Готовность родителей к школе»; «Как общаться с подростком»; «Как помирится после ссоры»; «Как прекратить вражду между детьми»; «Как снять напряжение»; «Кризисы семейной жизни»;

- Перечень фильмов, рекомендованных к просмотру: «Чуча», Гарри Бардин; «Гадкий утенок», Гарри Бардин; «Чучело», Ролан Быков; «Брек», Гарри Бардин; «Конфликт», Гарри Бардин; «Нелюбовь», Андрей Звягинцев.

Содержание кейса «Семейные открытки», направлено на профилактику насилия, пропаганду семейных ценностей и ответственного родительства.

### *4 блок «Социальное партнерство».*

Целью является расширение информационного поля у населения, специалистов задействованных в решении проблем насилия, привлечения

социальных партнеров в решение проблемы семейного неблагополучия, насилия.

Основные принципы социального партнерства: принцип гуманности, принцип «Не навреди!», принцип конфиденциальности.

Основной акцент ставится на проведение информационной кампании среди населения города посредством:

- распространения тематических буклетов: «Приемы взаимодействия родителей с детьми»; «Как понять ребенка»; «Ошибки воспитания»; «Нет жестокости и насилию в мире детства»; «Воспитание без насилия»; памяток: «Советы родителям. Метод естественных воспитаний»; «Приемы снятия стресса»; 12 заповедей для родителей»;

- информации для специалистов и родителей «Признаки и последствия жестокого обращения и насилия над детьми» (приложение 6);

- размещения тематической информации по профилактике насилия, по пропаганде семейных ценностей и ответственного родительства на сайтах, в социальных сетях учреждения и социальных партнеров, в том числе некоммерческих организаций.

Запланировано проведение мероприятий с участием социальных партнеров:

- семинар-практикум для участковых уполномоченных (сотрудников полиции) «За безопасность в семье» с целью информирования сотрудников полиции о признаках и последствиях жестокого обращения и насилия над детьми;

- рабочие встречи с инспекторами полиции по вопросам координации совместной деятельности, оперативного обмена информацией между субъектами системы профилактики, в том числе по вопросам ухудшения ситуации в отношении семей и необходимости принятия экстренных мер реагирования;

- выезды в семьи «группы риска» из числа участников Программы с целью мониторинга ситуации, с составлением актов обследования (приложение 7).

Таблица 2

Наименование партнёра	Цель взаимодействия
Управление Министерства внутренних дел России по г. Сургуту	Привлечение целевой группы для реализации мероприятий программы, взаимообмен информацией
Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав при Администрации г. Сургута	Привлечение целевой группы для реализации мероприятий программы, взаимообмен информацией

## Учебно-тематический план мероприятий комплексной программы

Таблица 3

Направления деятельности	Направления работы	Содержание (тема)	Сроки проведения	Исполнители
<b>Организационный этап (1 месяц)</b>				
<b>Работа с социальными партнерами</b> Формирование межсекторальной команды с целью организации межведомственного взаимодействия	1. Определение (закрепление приказом) группы исполнителей программы	распределение обязанностей среди исполнителей программы и ответственных	в первую неделю реализации программы	заведующий отделением методист специалист по социальной работе психологи специалист по работе с семьей
	2. Рабочие встречи с социальными партнерами, соисполнителями программы	аспекты межведомственного взаимодействия; объединение усилий по вопросам оказания семьям «группы риска»; определение приоритетных и второстепенных задач; пути решения проблем семей	2 раза за период реализации программы (первый и четвертый месяц реализации программы)	заведующий отделением методист специалист по социальной работе психологи специалист по работе с семьей
	3. Заключение соглашения о сотрудничестве с Управлением Министерства внутренних дел России по г. Сургуту	разграничение полномочий между исполнителями и соисполнителями программы	в течение первого месяца реализации программы	юрисконсульт
	4. Методические, технические учебы для специалистов-участников программы	по формам и методам работы с семьями «группы риска»	2 раза за период реализации программы (первый месяц реализации программы)	заведующий отделением методист специалист по социальной работе психологи специалист по работе с семьей
	5. Консультации для специалистов,	формы и методы работы	по запросам	методист психологи

	в том числе из числа социальных партнеров			
<b>Работа с гражданами</b> Формирование группы участников	1. Сбор актуальной информации о семье «группы риска»	информационный взаимообмен	в течение первой недели реализации программы, далее – по мере необходимости	специалист по социальной работе психологи специалист по работе с семьей
	2. Запросы в учреждения-партнеры с целью сбора информации, распределения полномочий, расстановки приоритетных задач	информационный взаимообмен	в течение первой недели реализации программы, далее-по мере необходимости	специалист по социальной работе психологи специалист по работе с семьей
	3. Постановка «социального диагноза» (установление факторов, способствующих возникновению неблагополучия в семье)	определение круга проблем семьи «группы риска»	в течение двух первых недель реализации программы	заведующий отделением специалист по социальной работе психологи специалист по работе с семьей
	4. Установление контакта с семьей, выявление потребностей в помощи, обсуждение форм сотрудничества совместных мероприятий	определение аспектов совместной деятельности	в течение первого месяца реализации программы	психологи члены семьи «группы риска»
<b>Практический этап (4 месяца)</b>				
<b>1 блок «Индивидуальная профилактическая работа с членами семьи»</b>				
<b>Работа с гражданами</b> Реализация основных мероприятий программы	1. Диагностика, индивидуальное психологическое консультирование, психологическая коррекция	«Лоскутное одеяло» - цикл занятий для несовершеннолетних	6 занятий по 40-50 мин.	психологи
		«Цвет домашнего уюта» - цикл занятий для взрослых	6 занятий по 40-50 мин. (за период реализации программы)	



<b>2 блок «Групповая профилактическая работа с семьей»</b>				
<b>Работа с гражданами</b> Реализация основных мероприятий программы	Групповая интерактивная работа с семьей	«Карточный домик» - цикл интерактивных коррекционных семейных занятий	5 занятий по 1-2 часа	психологи
<b>3 блок «Информационно-просветительская работа с семьей»</b>				
<b>Работа с гражданами</b> Реализация основных мероприятий программы	Информирование и просвещение (сайт, социальные сети)	«Семейные открытки» - цикл фильмов, мини-лекций для семейного просмотра и обсуждения, психогигиенических методик и техник по выходу из кризисной ситуации	постоянно	психологи
<b>4 блок «Социальное партнерство»</b>				
<b>Работа с социальными партнерами</b> Реализация основных мероприятий программы	1. Проведение информационной кампании: - разработка и распространение тематических буклетов и памяток	<b>Буклеты:</b> «Приемы взаимодействия родителей с детьми»; «Как понять ребенка»; «Ошибки воспитания»; «Нет жестокости и насилию в мире детства»; «Воспитание без насилия». <b>Памятки:</b> «Советы родителям. Метод естественных воспитаний»; «Приемы снятия стресса»; «12 заповедей для родителей». - Информация для специалистов и родителей «Признаки и последствия жестокого обращения и насилия над детьми»	в первый месяц реализации программы	методист специалист по социальной работе специалист по работе с семьей
	2. Размещения тематической информации на сайтах, в	профилактика насилия; пропаганда семейных ценностей	ежемесячно	методист специалист по социальной

	социальных сетях учреждения и социальных партнеров	и ответственного родительства		работе специалист по работе с семьей
	3. Проведение мероприятий с участием социальных партнеров:	организация межведомственного взаимодействия	постоянно	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей
	4. Семинар-практикум для участковых уполномоченных (сотрудников полиции)	семинар-практикум для участковых уполномоченных (сотрудников полиции) «За безопасность в семье» с целью информирования сотрудников полиции о признаках и последствиях жестокого обращения и насилия над детьми	1 раз за период реализации программы, 1 час.	психологи специалист по социальной работе специалист по работе с семьей  сотрудники полиции
	5. Рабочие встречи с инспекторами полиции по вопросам	координация совместной деятельности, обмен информацией	1 раз в месяц, 60 мин	психологи сотрудники полиции
	6. Выезды в семьи «группы риска» из числа участников Программы, с составлением актов обследования	мониторинг ситуации в семьях	1 раз в месяц, 60 мин.	психологи специалист по социальной работе специалист по работе с семьей  сотрудники полиции
<b>Аналитический этап (1месяц)</b>				
<b>Работа с социальными партнерами, с документацией</b> Подведение итогов	1. Анализ реализации программы. Выявление слабых и сильных сторон (swot-анализ)	Структурированное описание итогов реализации программы, преимуществ и недостатков	1-я неделя последнего месяца реализации программы	заведующий отделением методист социальные партнёры
	2. Трансляция опыта реализации программы	Опыт работы учреждения по профилактике насилия	по запросу; размещение материалов в сборнике	

	3. Разработка методического пособия по профилактике насилия	Методическое пособие по профилактике насилия	последний месяц реализации программы	
--	---	--	--------------------------------------	--

### Ресурсы, необходимые для реализации программы

#### Кадровые ресурсы

В реализации комплексной программы принимают участие:

Таблица 5

№	Должность	Кол – во чел.	Функции
1	Заместитель директора	1	- осуществляет координацию и контроль реализации мероприятий программы
2	Заведующий отделением	2	- осуществляет общее руководство по реализации программы в рамках деятельности ресурсного центра по приоритетному направлению: социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия, и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия
3	Методист	1	- подбирает и систематизирует методическую литературу по тематике программы; - осуществляет методическое сопровождение мероприятий; - оказывает содействие в распространении буклетной продукции; - анализирует эффективность реализации программы
4	Психолог	10	- осуществляет консультирование, проводит коррекцию, оказывает помощь и поддержку целевой группе, осуществляет психологическое сопровождение программы
5	Специалист по социальной работе, специалист по работе с семьей	2	- организует межведомственное взаимодействие; - осуществляет сбор информации о целевой группе; - проводит информационную кампанию
6	Юрисконсульт	1	- осуществляет правовое сопровождение программы

#### Материально-технические ресурсы:

- кабинеты для приема клиентов психологами, в том числе кабинет игровой терапии;
- кабинет компьютерной диагностики;
- программное обеспечение «ППО АСОИ»;
- техническое оборудование;
- канцелярские товары (бумага, карандаши, фломастеры, мелки, ручки, ватманы и др.).

### **Информационные ресурсы:**

- интернет-ресурсы (сайты Администрации г. Сургута, Управления социальной защиты населения по г. Сургуту и Сургутскому району, «Социопрофи», «Перспективное детство Югры», сайт, социальные сети учреждения, социальные сети социальных партнеров;

- средства массовой информации (телевидение, периодическая печать).

### **Методические ресурсы:**

- подбор и систематизация методической литературы по тематике программы;

- проведение методических, технических учеб для специалистов.

### **Контроль и управление:**

Контроль хода реализации программы осуществляется заместителем директора. Определяются следующие виды контроля:

Текущий (аудит личных дел клиентов, аудит документации специалистов, 1 раз в месяц):

1. Анализ и оценка работы специалистов на основе системы внутреннего контроля. Выявление имеющихся резервов и возможностей эффективного использования ресурсного потенциала.

2. Выработка корректирующих действий, направленных на устранение недостатков, выявленных в процессе работы.

Фронтальный контроль (1 раз в неделю):

1. Анализ проведения психологами диагностики с целью определения актуальных проблем и психоэмоционального состояния гражданина, возможности восстановления его социального статуса, потребностей гражданина.

2. Анализ использования всех заявленных форм и методов работы специалистами, задействованными в реализации программы.

3. Оценка эффективности межведомственного взаимодействия, использования всех имеющихся ресурсов социальных партнеров в решении проблем граждан, подвергшихся домашнему насилию.

### **Эффективность реализации программы**

#### **Ожидаемые результаты, критерии оценки эффективности**

Таблица 6

Задачи программы	Ожидаемый результат	Критерии оценки	
		количественные	качественные
1. Информировать семьи «группы риска» об учреждениях и организациях,	Просвещение семей «группы риска» по актуальным вопросам	Информированность 99% участников Программы об учреждениях и организациях,	Повышение уровня информированности у 75% родителей по вопросам выхода из кризисных ситуаций

оказывающих помощь лицам в разрешении трудной жизненной ситуации, а также о способах обращения за помощью	получения своевременной адресной помощи	оказывающих помощь лицам, пострадавшим от насилия, а также о способах обращения за помощью	
2. Оказать комплексную профессиональную помощь семье «группы риска» по выходу из кризисной ситуации	Преодоление кризисных ситуаций семьями из числа участников Программы	Преодоление кризиса семейных отношений в период реализации Программы у 60% семей-участников Программы	Снижение риска предрасположенности у 75% членов семей из числа участников Программы к жестокому обращению и (или) насилию
3. Организовать поиск оптимальных, альтернативных способов выхода из кризисных ситуаций	Активизация внутренних ресурсов членов семей «группы риска»	Повышение способности к поиску оптимальных, альтернативных способов выхода из кризисных ситуаций у 70% участников Программы	Активизация внутренних ресурсов у 70% членов семей-участников Программы
4. Устранить факты предрасположенности членов семьи к жестокому обращению и (или) насилию и способствовать снижению риска ухудшения семейной ситуации	Стабилизация семейной ситуации	Снижение числа семей с детьми, находящихся в социально опасном положении, на 15-20%	Завершение работы с 60% семьями, из числа участников Программы, с положительной динамикой (реабилитацией)

### Полученные результаты (планируемые).

### Критерии оценки эффективности реализации программы

Таблица 7

Критерий	Ожидаемый показатель
Общая численность человек, проживающих в семьях-участниках Программы к численности членов семьи, участвующих в реализации программы	70%
Общее количество семей-участников программы к количеству семей, из числа участников Программы, имеющих положительный результат по завершению Программы	60%
Соотношение удовлетворенных участников Программы проведенными мероприятиями к количеству участвовавших в мероприятиях Программы	75%
Положительные отзывы об участии в Программе (целевая группа) от общего количества отзывов	90%

### **Планируется достижение следующих результатов:**

1. Преодоление семейных кризисов.
2. Снижение риска ухудшения семейной ситуации.
3. Самостоятельное программирование членами семьи позитивных изменений в своей жизни.
4. Отсутствие фактов насилия в семьях-участниках Программы.
5. Нормализация внутрисемейных отношений в сторону функциональности, стабильности, безопасности.

Приложение 1 к программе «Карточный домик»

### **Диагностический этап реализации Программы**

**Цель:** выявление факторов, повышающих уровень риска насилия в семье, а также поиск ресурсов безопасности семейной среды.

Для оценки указанных выше факторов предлагается использовать психологические, социальные, социально-педагогические диагностические методики, направленные на исследование структуры семьи, супружеских взаимоотношений, семейной истории, детско-родительских отношений, эмоционального состояния членов семьи, наличие/отсутствие факторов риска для членов семьи и семьи в целом. Перечень предлагаемых психологических диагностических методик для несовершеннолетних и их родителей представлен в таблице и носит рекомендательный характер (Приложение 1). Дано подробное описание психодиагностик и методов изучения семьи и внутрисемейных отношений: Опросник «Анализ семейной тревоги» (АСТ) (Э.Г. Эйдемиллер и В. Юстицкис (2000); Тест-опросник родительского отношения (ОРО) (А.Я. Варга, В.В. Столин); Методика «Цветовой тест отношений» (А. М. Эткинд); Методика «Мое письмо о супруге», С.А. Белорусов (1998); Опросник «Шкала любви и симпатии», Зик Рубин, модификация Л. Я. Гозманова и Ю. Е. Алешиной (1985); Опросник удовлетворенности браком, В. В. Столин, Т. Л. Романова и Г. П. Бутенко (1984); Генограмма, М. Боуэн (1978), Шерман Р., Фредман Н., (1997); Проективная рисуночная методики «Кинетический рисунок семьи», В. Вульф,

В. Хьюлс, И. Минковский, М. Поро, Л. Корман (1987), модификация Р.С. Бернса и С.Х. Кауфмана (2000); Опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях», Ю.Е. Алешиной и Л.Я. Гозманом, (2000); Методика «Выявление эмоционального дисбаланса в эмоциональных отношениях пары», Д. Делис, (1998); (Приложение2). Для диагностики структурных, динамических и исторических параметров семьи предлагается использование схемы, представленной в Приложении 3.

Диагностическая деятельность должна вывести клиентов на понимание и признание необходимости изменений их семейных взаимоотношений, укоренить мотивацию на самоизменение, преодоление собственных нежелательных стереотипов поведения.

**Перечень предлагаемых психологических диагностических методик для несовершеннолетних и их родителей носит рекомендательный характер**

<b>Наименование методики</b>	<b>Направление применения</b>	<b>Краткое описание (цель, краткое содержание, методы)</b>	<b>Результат</b>	<b>Возрастная категория</b>
Проективная методика «Кинетический рисунок семьи» Р.Бернс, С.Кауфман	Диагностика семейных отношений	Изучение структуры семьи, особенностей взаимоотношений между ее членами	Субъективное восприятие ребенком своей семейной ситуации. Методика выявляет включенность ребенка в семейную систему, характер эмоционального контакта между членами семьи, признаки жестокого обращения по отношению к ребенку	от 4 до 10 лет
Проективная методика «День рождения», М.А. Панфилова	Диагностика детско-родительских и межличностных отношений	Методика выявляет особенности взаимоотношений ребенка с членами семьи и окружающими (взрослыми и детьми)	Определение потребности в общении и значимых эмоциональных предпочтениях	от 4 до 10 лет
Семейный тест отношений «СТО», Д. Антони, Е. Бине, модификация И.М. Марковской	Диагностика эмоционального отношения ребенка к членам семьи и ближайшему окружению	Методика позволяет понять характер взаимоотношений ребенка с членами семьи и значимыми окружающими	Выявление положительного/ отрицательного отношения ребенка к членам семьи, признаков жестокого обращения в семье	от 4 до 10 лет
Методика «Два домика», И.Вандвик, П. Экблад	Диагностика социально значимого окружения ребенка	Методика помогает выявить сформированность потребности в общении, определить круг значимого окружения ребенка	Определение положительно значимого и отвергаемого окружения ребенка	от 4 до 10 лет
Картиночная версия шкалы поведения в родительско-детском конфликте К.Мебер и М.Строс	Диагностика наличия физического и психологического насилия в семье	Шкала исследует методы, которые используют родители при воспитании ребенка в ситуации родительско-детского конфликта	Наличие/отсутствие физического и психологического насилия по отношению к ребенку	от 4 до 10 лет
Тест «Дерево», Д.Лампен, адаптирован Л.П. Пономаренко	Диагностика адаптивности ребенка	Методика позволяет определить особенности протекания адаптационного процесса ребенка в различных условиях	Определение роли ребенка в разных социальных группах (семья, сверстники)	от 4 до 10 лет

Тест цветочных выборов Люшера	Диагностика психоэмоционального состояния ребенка	Методика исследует: эмоциональное состояние; невротичность; наличие фрустрирующих проблем; наличие стресса	Определение психофизиологического состояния, стрессоустойчивости личности	от 4 до 18 лет
Проективная методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич	Диагностика психоэмоционального состояния ребенка	Методика позволяет определить наличие агрессивного и тревожного состояния ребенка	Определение признаков жестокого обращения с ребенком	от 4 до 11 лет
Проективная методика Рене Жиля	Диагностика социальной приспособленности ребенка его межличностных отношений	Исследование сферы межличностных отношений ребенка и его восприятия внутрисемейных отношений	Определение характера отношений детей и подростков со значимыми людьми	от 4 до 12 лет
Опросник «Анализ семейной тревоги», Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис	Диагностика самочувствия подростка, связанного с его позицией в семье	Опросник исследует психоэмоциональное состояние ребенка, связанное с внутрисемейной ситуацией	Наличие/отсутствие тревожности, чувства вины, психического напряжения в отношениях с членами семьи	от 10 до 18 лет
Диагностическая беседа «Мой круг общения», Т.Ю. Андрущенко	Диагностика межличностного взаимодействия	Диагностическая беседа позволяет определить характер взаимодействия ребенка с окружающими в разных сферах общения; выявить лично значимые отношения	Выделение зоны неблагополучия в межличностном взаимодействии (отсутствие контактов, дефицит и/или конфликтность в общении)	от 10 до 18 лет
Методика «Выявление суицидального риска у детей» А.А. Кучер, В.П. Костюкевич	Выявление признаков суицидального поведения	Методика измеряет аутоагрессивные тенденции и факторы, формирующие суицидальные намерения	Отсутствие/наличие суицидального риска	от 10 до 18 лет
Методика «Выявление суицидального риска», Т.Н. Разуваева	Экспресс-диагностика суицидального риска	Методика выявляет уровни сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства	Выявление суицидального намерения у подростка	от 10 до 18 лет
Опросник CDI, М. Ковач	Диагностика выявляет функциональное состояние депрессии	Опросник позволяет определить количественные показатели спектра депрессивных симптомов	Выявление уровня депрессии и наличия суицидальных мыслей	от 10 до 18 лет



Анкета выявления жестокого обращения с детьми, М.М. Красножен	Диагностика выявления признаков жестокого обращения	Анкета позволяет осуществить сбор и анализ полученной информации	Анкетирование в совокупности с методом наблюдения способствует выявлению признаков жестокого обращения	от 10 до 18 лет
Шкала семейной адаптации и сплоченности (FACES-3), Э.Г. Эйдемиллер	Диагностика семейных отношений	Методика предназначена для оценки семейной сплоченности и семейной адаптации	Выявление степени удовлетворённости семейной жизнью	от 10 до 18 лет
Опросник «Поведение родителей и отношение подростков к ним» (ADOR), Е. Шафер, модиф. З. Матейчик и П. Ржичан	Диагностика детско-родительских отношений	Опросник диагностирует установки, поведение и методы воспитания родителей	Выявление эмоционального принятия/отвержения, контроля/автономии, скрытого/открытого контроля со стороны родителей по отношению к детям	от 10 до 18 лет
Выявление отношения юношей и девушек к жизни в своей семье, Т. Шрайбер	Диагностики отношения юношей и девушек к жизни в своей семье	Методика позволяет выявить включенность в семейную систему или отверженность в семье	Определение коэффициента отношения к жизни в своей семье	от 10 до 18 лет
Опросник «Биополе семьи», В.В. Бойко	Диагностика внутрисемейных отношений	Опросник определяет биополе семьи, психологический климат, при котором ребенок чувствует себя комфортно рядом с близкими	Определение психологического семейного климата (положительный или отрицательный)	от 10 до 18 лет
Методика «Цветовой тест отношений» (ЦТО), А.И. Лутошкин	Диагностика межличностных отношений	Методика определяет эмоциональные взаимоотношения ребенка с ближайшим значимым окружением и степень привязанности	Выявление степени привязанности ребенка к значимым для него людям. В целом тест быстро и эффективно обнаруживает зону конфликтов в отношениях	от 4 до 15 лет
Методика «Самооценка психических состояний», Г.Ю. Айзенк	Диагностика психического состояния	Методика определяет уровень тревожности, фрустрации, агрессии и ригидности личности	Выявление факторов, влияющих на формирование суицидальных наклонностей подростка	от 10 до 18 лет
Методика «Определение уровня тревожности» Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин	Диагностика определения степени выраженности тревожности в структуре личности	Методика определяет уровень реактивной (ситуативной) тревожности и личностной тревожности человека	Наличие/отсутствие депрессивного состояния, тревожного состояния	от 12 до 18 лет

Методика «Неоконченные предложения», Е.Н. Волков	Диагностика насилия и жестокого обращения с подростками	Методика позволяет получить представление когнитивного, эмоционального и поведенческого аспектов представлений ребенка о насилии	Наличие/отсутствие в жизни подростка ситуаций, связанных с насилием и жестоким обращением	от 10 до 18 лет
Фрайбургский личностный опросник (FPI), И.Фаренберг, Х.Зарг, Р. Гампел	Диагностика эмоционально-личностной сферы	Методика позволяет определить особенности эмоционально-личностной сферы, устойчивости к воздействию стресс-факторов	Наличие/отсутствие в жизни подростка факторов, определяющих эмоциональное благополучие/неблагополучие в семье	от 16 до 18 лет
«Методика диагностики акцентуаций характера», опросник К. Леонгарда-Г. Шмишека	Диагностика типов акцентуаций личности	Методика позволяет определить типы акцентуаций личности	Выявление типов акцентуаций в характере подростка и наличия негативных переживаний	от 11 до 18 лет
«Метод портретных выборов» Л.Сонди	Диагностика личностных особенностей	Методика позволяет определить асоциальные и патологические особенности поведения личности	Выявление степени адаптированности личности, асоциальных и патологических особенностей поведения подростка	от 11 до 18 лет
Экспресс – методика «Сигнал», Н.В. Зотов, В.М. Петрукович, В.Н. Сысоев	Диагностика суицидального риска	Методика позволяет определить риск суицидальных реакций в поведении личности	Наличие/отсутствие факторов, определяющих суицидальный риск в поведении подростка	от 16 до 18 лет
Метод психологического наблюдения	Целенаправленное и организованное восприятие поведения человека	Метод позволяет изучение поведения личности в определенных условиях	Фиксация проявления психической деятельности и особенностей поведения ребенка и взрослого человека на момент обследования	от 4 до 18 и старше
Метод психологического интервьюирования	Диагностический целенаправленный опрос по определенному плану	Метод позволяет собрать необходимую информацию, выяснить важные сведения	Наличие/отсутствие признаков насилия, жестокого обращения в семье	от 4 до 18 и старше

**Опросник «Анализ семейной тревоги» (АСТ), Э.Г. Эйдемиллер и В. Юстицкис (2000)**

**Цель методики** – изучение общего фона переживаний индивида, связанного с его позицией в семье, с тем, как он воспринимает себя в семье. Под «семейной тревогой» понимают состояния тревоги у одного или нескольких членов семьи, нередко плохо осознаваемые и трудно локализуемые. Характерным признаком данного типа тревоги является наличие сомнений, страхов, опасений, касающихся, прежде всего, семьи – здоровья ее членов, их отлучек и поздних возвращений, стычек и конфликтов. Тревога обычно не распространяется на внесемейные сферы – производственную деятельность, родственные, соседские отношения и т. п. В основе «семейной тревоги», как правило, лежит плохо осознаваемая неуверенность индивида в каком-то очень для него важном аспекте семейной жизни. Это может быть неуверенность в чувствах другого супруга, в себе. Нередко подобные переживания, противоречащие представлениям о себе, вытесняются, что может проявиться в семейных отношениях в виде тревоги. Важными составляющими «семейной тревоги» являются также ощущения беспомощности и неспособности вмешаться в ход событий в семье, направить его в нужное русло. Индивид с семейно обусловленной тревогой не ощущает себя значимым действующим лицом в семье, в независимости от того, какую позицию он в ней занимает и насколько активную роль играет в действительности (Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис, 2000).

**Описание методики.**

Членам семьи предлагается самостоятельно заполнить опросник.

**Инструкция:** «Предлагаемый Вам опросник содержит утверждения о Вашем самочувствии дома, в семье. Утверждения пронумерованы. Такие же номера есть в бланке, прилагающемся к методике. Читайте по очереди утверждения опросника. Если Вы в общем согласны с ними, то на бланке обведите кружком номер утверждения. Если Вы в целом не согласны – зачеркните этот же номер. Если очень трудно выбрать, то поставьте на номере вопросительный знак (старайтесь, чтобы таких ответов было не больше трех). Помните, Вы характеризуете свое самочувствие в семье. В опроснике нет «правильных» и «неправильных» утверждений. Отвечайте так, как чувствуете».

**Текст опросника.**

1. Знаю, что члены моей семьи часто бывают недовольны мною.
2. Чувствую, что, как бы я ни поступил(а), все равно будет не так.
3. Я многого не успеваю сделать.
4. Так получается, что именно я чаще всего оказываюсь виноват(а) во всем, что случается в нашей семье.
5. Часто чувствую себя беспомощным (беспомощной).
6. Дома мне часто приходится нервничать.
7. Когда попадаю домой, чувствую себя неуклюжим (неуклюжей) и неловким (неловкой).
8. Некоторые члены семьи считают меня бестолковым (бестолковой).
9. Когда я дома, все время из-за чего-нибудь переживаю.
10. Часто чувствую на себе критические взгляды членов моей семьи.
11. Иду домой и с тревогой думаю, что еще случилось в мое отсутствие.
12. Дома у меня постоянно ощущение, что надо еще очень много сделать.
13. Нередко чувствую себя лишним (лишней) дома.
14. Дома у меня такое положение, что просто опускаются руки.
15. Дома мне постоянно приходится сдерживаться.

16. Мне кажется, если бы я вдруг исчез (исчезла), то никто бы этого не заметил.  
 17. Идешь домой, думаешь, что будешь делать одно, но, как правило, приходится делать совсем другое.  
 18. Как подумаю о своих семейных делах, начинаю волноваться.  
 19. Некоторым членам моей семьи бывает неудобно из-за меня перед друзьями и знакомыми.  
 20. Часто бывает так: хочу сделать хорошо, но оказывается, вышло плохо.  
 21. Мне многое у нас не нравится, но я этого стараюсь не показывать.

**Бланк опросника.**

ФИО	Номера вопросов							
		1	4	7	10	13	16	19
	2	5	8	11	14	17	20	Т/5
	3	6	9	12	15	18	21	Н/5

C = \_\_\_\_/14

**Обработка и интерпретация результатов.**

За каждое согласие с утверждением начисляется 1 балл. Сумма баллов подсчитывается отдельно по каждой из трех шкал:

1. Субшкала В – вина (семейная вина члена семьи) – неадекватное ощущение индивидом ответственности за все отрицательное, что происходит в семье. К шкале относятся следующие утверждения: 1,4,7,10, 13,16, 19. Наличие семейной вины диагностируется при пяти согласиях.

2. Субшкала Т – тревожность (семейная тревожность члена семьи) – ощущение, что ситуация в семье не зависит от собственных усилий обследуемого. К шкале относятся утверждения: 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20. Семейная тревожность диагностируется при пяти согласиях.

3. Субшкала Н – напряженность (семейная напряженность) – ощущение, что выполнение семейных обязанностей представляет собой непосильную задачу для индивида. К шкале относятся утверждения: 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21. Наличие семейной напряженности диагностируется при пяти согласиях. После подсчета баллов по отдельным шкалам вычисляется сумма баллов по обобщенной шкале (вина + тревожность + напряженность), на основании чего делается вывод об уровне общей семейной тревожности (С).

**Тест-опросник родительского отношения (ОРО) (А.Я. Варга, В.В. Столин)**

**Цель:** определить тип родительского отношения к детям.

**Структура:** опросник состоит из пяти шкал. «Принятие – отвержение».

Шкала отражает интегральное эмоциональное отношение к ребенку. Содержание одного полюса шкалы: родителю нравится ребенок такой, какой он есть. Родитель уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему; стремится проводить много времени с ребенком, одобряет его интересы и планы. На другом полюсе шкалы: родитель воспринимает своего ребенка плохим, неприспособленным, неудачливым. Ему кажется, что ребенок не добьется успехов в жизни из-за низких способностей, небольшого ума, дурных наклонностей. По большей части родитель испытывает к ребенку злость, досаду, раздражение, обиду. Он не доверяет ребенку и не уважает его. «Кооперация» – социально желательный образ родительского отношения. Родитель заинтересован в делах ребенка,

старается во всем помочь, сочувствует ему, высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности, испытывает чувство гордости за него. Он поощряет инициативу и самостоятельность ребенка, старается быть с ним на равных, доверяет ребенку, старается принять его точку зрения в спорных вопросах. 65 «Симбиоз» – шкала отражает межличностную дистанцию в общении с ребенком. При высоких баллах по этой шкале можно считать, что родитель стремится к симбиотическим отношениям с ребенком. Родитель ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все его потребности, оградить от трудностей и неприятностей в жизни, постоянно ощущает тревогу за ребенка, который кажется ему маленьким и беззащитным. Тревога родителя повышается, когда ребенок начинает автономизироваться в силу обстоятельств, так как по своей воле родитель никогда не дает ребенку самостоятельности. **«Авторитарная гиперсоциализация»** – отражает форму и направление контроля за поведением ребенка. При высоком балле по этой шкале в родительском отношении отчетливо просматривается авторитаризм. Родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины, старается навязать ему во всем свою волю, не в состоянии принять его точку зрения. За проявление своеволия ребенка сурово наказывают. Родитель пристально следит за социальными достижениями ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами. **«Маленький неудачник»** – отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. При высоких значениях по этой шкале в родительском отношении имеются стремления инфантилизировать ребенка, приписать ему личную и социальную несостоятельность. Родитель видит ребенка младше его реального возраста. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся родителю детскими, несерьезными. Ребенок представляется неприспособленным, неуспешным, открытым для дурных влияний. Родитель не доверяет ребенку, досадует на его не успешность и неумелость. В связи с этим родитель старается оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия

### Опросник

1. Я всегда сочувствую своему ребенку.
2. Я считаю своим долгом знать все, о чем думает мой ребенок.
3. Я уважаю своего ребенка.
4. Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.
5. Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
6. Я испытываю к ребенку чувство расположения.
7. Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.
8. Мой ребенок часто неприятен мне.
9. Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.
10. Бывают случаи, когда издевательское отношение к ребенку приносит ему большую пользу.
11. Я испытываю досаду по отношению к своему ребенку.
12. Мой ребенок ничего не добьется в жизни.
13. Мне кажется, что дети потешаются над моим ребенком.
14. Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые кроме презрения ничего не вызывают.
15. Для своего возраста мой ребенок немножко незрелый.
16. Мой ребенок ведет себя плохо специально, чтобы досадить мне.
17. Мой ребенок впитывает в себя все дурное как губка.

18. Моего ребенка трудно научить хорошим манерам при всем старании.
19. Ребенка следует держать в жестких рамках, тогда из него вырастет порядочный человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам в дом.
21. Я принимаю участие в жизни своего ребенка.
22. К моему ребенку «липнет» все дурное.
23. Мой ребенок не добьется успеха в жизни.
24. Когда в компании знакомых говорят о детях, мне немного стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как мне бы хотелось.
25. Я жалею своего ребенка.
26. Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, они кажутся мне взрослее и по поведению, и по суждениям.
27. Я с удовольствием провожу с ребенком все свое свободное время.
28. Я часто жалею о том, что мой ребенок растет и взрослеет, и с нежностью вспоминаю его маленьким.
29. Я часто ловлю себя на враждебном отношении к ребенку.
30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг всего того, что мне не удалось в жизни.
31. Родители должны приспособливаться к ребенку, а не только требовать этого от него.
32. Я стараюсь выполнять все просьбы моего ребенка.
33. При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребенка.
34. Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.
35. В конфликте с ребенком я часто могу признать, что он по-своему прав.
36. Дети рано узнают, что родители могут ошибаться.
37. Я всегда считаюсь с ребенком.
38. Я испытываю к ребенку дружеские чувства.
39. Основные причины капризов моего ребенка – эгоизм, упрямство и лень.
40. Невозможно нормально отдохнуть, если проводить отпуск с ребенком.
41. Самое главное, чтобы у ребенка было спокойное и беззаботное детство.
42. Иногда мне кажется, что мой ребенок не способен ни на что хорошее.
43. Я разделяю увлечения своего ребенка.
44. Мой ребенок может вывести из себя кого угодно.
45. Я понимаю огорчения своего ребенка.
46. Мой ребенок часто раздражает меня.
47. Воспитание ребенка – сплошная нервотрепка.
48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.
49. Я не доверяю своему ребенку.
50. За строгое воспитание дети благодарят потом.

**Ключ:**

**Принятие – отвержение:** 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 52, 53, 55, 56, 60.

**Образ социальной желательности поведения:** 6, 9, 21, 25, 31, 34, 35, 36.

**Симбиоз:** 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.

**Авторитарная гиперсоциализация:** 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.

**Маленький неудачник:** 9, 11, 13, 17, 22, 28, 54, 61.

### **Интерпретация результатов**

При подсчете тестовых баллов по всем шкалам учитывается ответ «верно». Высокий тестовый балл по соответствующим шкалам интерпретируется как:

- отвержение;
- социальная желательность (кооперация);
- симбиоз;
- гиперсоциализация;
- инфантилизация (инвалидизация).

### **Методика «Цветовой тест отношений» (А. М. Эткинд)**

Цветовой тест отношений (ЦТО) представляет собой компактную невербальную диагностическую процедуру, методической основой которой является цветоассоциативный эксперимент. Базовым является предположение, что в цветовых ассоциациях могут отражаться особенности значимых отношений личности. Методика предназначена для выявления отношения каждого из супругов к беременности и будущему ребенку, а также изучения эмоционального компонента отношений членов семьи к различным феноменам семейных отношений (другие члены семьи, события и т. п.). Цветовой тест отношений можно использовать в работе с детьми и взрослыми.

#### **Описание методики.**

В качестве стимульного материала используются восемь цветowych карточек размером 5x3 см, представляющих копию стандартных цветowych карточек из восьмицветового теста М. Люшера. Они предъявляются испытуемому при естественном освещении на белом фоне. Набор включает карточки следующих цветов: темно-синий, сине-зеленый, оранжево-красный, желтый, фиолетовый, коричневый, черный и серый. Тестирование проводится в индивидуальном порядке. Испытуемому предлагается выбрать из разложенных перед ним чем-либо другим. Необходимо исходить только из того, насколько данному понятию подходит этот цвет. Затем цвета ранжируются испытуемым в порядке предпочтения, начиная с «самого красивого, приятного для глаз» и заканчивая «самым некрасивым, неприятным». С этой целью психолог предлагает испытуемому выбрать из предложенных восьми цветов самый привлекательный. Выбранный цвет убирается, и процедура выбора осуществляется снова до тех пор, пока карточки не закончатся.

#### **Обработка и интерпретация результатов**

Интерпретация результатов основывается на сопоставлении цветов, ассоциируемых с каждым из предлагаемых понятий (феноменов), с их местом в раскладке по предпочтению:

1-е и 2-е места в раскладке по предпочтению ассоциативного цвета символизируют положительное отношение к изучаемому факту; Последний блок методики посвящен оценке сегодняшнего состояния семейной жизни и возможных вариантов развития событий. Ключевым словом здесь является «выход». Оно подчеркивает, что семья переживает кризис и одновременно имеет ресурсы для его преодоления. Ответственность в этой ситуации делят между собой оба супруга, согласившиеся написать «Письма». Их представления о способах разрешения сложившейся ситуации могут быть сходными или, наоборот, сильно различаться. Задачей психолога является помощь в оценке

реалистичности предлагаемых решений и поддержка супругов в поиске наиболее адекватного выхода из сложившейся ситуации.

### Методика «Мое письмо о супруге», С.А. Белорусов (1998)

#### Бланк

Что я могу рассказать о самом \_\_\_\_\_ для меня человеке, моем партнере по браку. Когда мы познакомились, для меня решающим было \_\_\_\_\_, а для этого человека \_\_\_\_\_.

Впоследствии оказалось, что \_\_\_\_\_.

Если пошутить, то из животных, он (она) напоминает \_\_\_\_\_ потому, что главное в нем (ней) \_\_\_\_\_.

а во мне, по-моему, \_\_\_\_\_.

Наши родители \_\_\_\_\_.

Вступая в этот брак, больше всего мне хотелось, чтобы у нас \_\_\_\_\_.

Для этого я \_\_\_\_\_.

Мне кажется, мой партнер по браку хотел \_\_\_\_\_.

Мои ожидания \_\_\_\_\_.

В целом наш брак \_\_\_\_\_.

Иногда мы \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_, тогда я \_\_\_\_\_.

Ревность по отношению к партнеру в браке я \_\_\_\_\_.

Мы понимаем друг друга \_\_\_\_\_, чем раньше. Конечно, мы изменились, о себе могу сказать, что \_\_\_\_\_.

а человек, который рядом со мной \_\_\_\_\_.

Иногда я думаю, что если бы все сложилось иначе, это было бы просто \_\_\_\_\_.

Согласившись написать это письмо, можно признать, хотя бы внутри себя, что у меня есть проблемы. Начать с себя: во-первых, я \_\_\_\_\_.

во-вторых, у меня \_\_\_\_\_.

в-третьих, мне \_\_\_\_\_.

Существуют вещи, которые я воспринимаю как негативные качества у моего семейного партнера. Например, мне совершенно невыносимо, когда \_\_\_\_\_.

Впрочем, я могу мириться с тем, что \_\_\_\_\_.

На его (ее) месте, я никогда бы не \_\_\_\_\_.

Из положительных черт моего партнера три главные для меня – это: 1) \_\_\_\_\_; 2) \_\_\_\_\_; 3) \_\_\_\_\_.

Работа для моего партнера – это \_\_\_\_\_, а про себя я могу сказать, что моя цель \_\_\_\_\_.

Из развлечений я предпочитаю \_\_\_\_\_, здесь мой партнер \_\_\_\_\_.

Если в момент свадьбы рейтинг партнера в моих глазах составлял 10 баллов, то в последнее время \_\_\_\_\_ баллов.



Наши трудности больше всего связаны с \_\_\_\_\_  
сферой. Причина этого в том, что человек, с которым оказалась связана моя  
жизнь, мог бы быть \_\_\_\_\_.  
Наши взгляды на семейную жизнь практически \_\_\_\_\_.  
Когда мы вместе, мы редко \_\_\_\_\_.  
Друзья и родственники для нас – это источник \_\_\_\_\_.  
Остается добавить, что в отношении детей \_\_\_\_\_.  
Мне кажется, что наилучшим выходом было бы \_\_\_\_\_.  
С любовью \_\_\_\_\_.

Дата:

После того как оба супруга закончат свои письма, следует период обдумывания, поиск новой формы поведения. Наиболее правильной психотерапевтической практикой в таком случае будет поддержание подобной «креативной паузы», за исключением ситуаций, когда у супругов не возникает вопросов, направленных на прояснение тех или иных нюансов написанного другим партнером. Если супругам при заполнении бланка письма не хватает места, и они пишут между строк, старательно комментируя свою позицию, то зачастую это свидетельствует о заинтересованности и глубокой рефлексивной вовлеченности. В то же время некоторые предлагающиеся к заполнению промежутки «Письма» иногда остаются пустыми, что дает основание предположить наличие проблемных зон в той или иной области. В таком случае рекомендуется обсуждение соответствующих тем.

### **Опросник «Шкала любви и симпатии»**

Автором методики является **Зик Рубин**, модификация выполнена **Л. Я. Гозманом и Ю. Е. Алешиной (1985)**.

**Цель** методики – выяснить, что преобладает во взаимоотношениях: любовь или симпатия. Изначально шкалы любви и симпатии З. Рубина представляли собой 2 набора высказываний, в каждый из которых входило 13 пунктов. Затем, по мере работы над созданием методики, количество утверждений было уменьшено до 9. При составлении шкал опросника З. Рубин исходил из определенных теоретических представлений о внутренней структуре измеряемых феноменов. В частности, важными для измерения представлялись три компонента любви: привязанность, забота и степень интимности отношений. Шкала симпатии регистрирует: степень уважения, степень восхищения и степень воспринимаемого сходства объекта оценки с респондентом.

#### **Описание методики.**

В окончательный вариант методики, адаптированной Л. Я. Гозманом и Ю. Е. Алешиной, включены 14 пунктов. Время выполнения методики – 5-7 минут.

**Инструкция.** «Вашему вниманию представляются следующие утверждения, которые касаются Вас и Вашего(ей) супруга(и). К каждому утверждению необходимо подобрать тот вариант ответа, который, по Вашему мнению, наиболее соответствует сложившимся отношениям с ним (ней). Варианты ответа следующие: «Да, это так»; «Вероятно, это так»; «Вряд ли это так»; «Это совсем не так». Постарайтесь отвечать как можно откровенней. Не задерживайтесь долго над обдумыванием какого-либо утверждения и помните: нет правильных и неправильных ответов».

#### **Текст методики**

1. Я чувствую, что могу доверять ему (ей) абсолютно все.
2. Когда мы вместе, у нас всегда схожее настроение.
3. Я могу сказать, что он (она) принадлежит только мне.

4. Он (она) очень умный человек.
5. Для нее (него) я готов (а) абсолютно на все.
6. В большинстве случаев он (она) нравится людям почти сразу же после знакомства.
7. Когда мне плохо, то хочется поделиться только с ним (ней).
8. Я думаю, что мы с ним (ней) внутренне похожи друг на друга.
9. Я чувствую себя в ответе за то, чтобы ему (ей) было хорошо.
10. Мне хотелось бы быть похожим на него (нее).
11. Мне приятно чувствовать, что он (она) доверяет мне больше других.
12. Он (она) один (одна) из самых обаятельных мужчин (женщин), которых я знаю.
13. Мне было бы очень тяжело, если бы пришлось жить без него (нее).
14. Я уверен(а), что он (она) хорошо ко мне относится.

**Обработка результатов:** к шкале любви относятся следующие утверждения: 1,3,5,7,9,11,13. Шкала симпатии представлена утверждениями за четными номерами 2, 4, 6,8,10,12,14. Ответы оцениваются следующим образом:

- ответ «Да» – 4 балла;
- ответ «Вероятно, это так» – 3 балла;
- ответ «Вряд ли это так» – 2 балла;
- ответ «Это совсем не так» – 1 балл.

Баллы, присвоенные ответам на каждое из утверждений, суммируются отдельно по шкале любви и по шкале симпатии. Итоговые оценки могут варьировать от 7 до 28 баллов. Возможен подсчет суммарного балла по обоим шкалам, характеризующим общий уровень эмоциональных отношений в диаде (от 14 до 56 баллов).

### **Опросник удовлетворенности браком**

**Назначение методики** – экспресс-диагностика степени удовлетворенности /неудовлетворенности браком у каждого из супругов, а также совпадения или рассогласования полученных оценок. Авторами данной методики являются **В. В. Столин, Т. Л. Романова и Г. П. Бутенко (1984)**. В основе опросника лежит представление об удовлетворенности браком как о достаточно стойком эмоциональном явлении, заключающем в себя, прежде всего, чувство, обобщенную эмоцию, генерализованное переживание, нежели рациональную оценку успешности брака по тем или иным параметрам, которое может проявляться как непосредственно в эмоциях, возникающих в различных ситуациях, так и в разнообразных мнениях, оценках, сравнениях. Предлагаемый опросник может быть использован везде, где необходима экспресс-диагностика удовлетворенности браком: при проведении научного исследования в области психологии семьи, при психопрофилактических обследованиях, при работе в сфере семейного консультирования и психотерапии. Опросник удовлетворенности браком можно с успехом применять для диагностики кризисного состояния супружеской подсистемы на любом этапе жизненного цикла семьи. Описание методики. Текст методики состоит из 24 утверждений (первоначальный вариант содержал 29 утверждений), которые могут быть сведены к шести следующим типам:

1. Сравнение своего брака с другими браками.
2. Предположение об оценке собственного брака со стороны.
3. Констатация тех или иных чувств в адрес супруга в настоящем или прошлом.
4. Собственная оценка супруга по ряду параметров.
5. Установка на изменение характера супруга.

6. Мнение, позитивное или негативное, относительно брака вообще.

Каждому утверждению соответствуют три варианта ответа: «верно», «трудно сказать», «неверно» (или их семантические аналоги). Утверждения содержат как положительные, так и отрицательные характеристики брака и сформулированы как в позитивной, так и в негативной форме. Заполнение опросника занимает не более 10 минут. Вопросы не касаются излишне интимных фактов и подробностей.

**Инструкция.** «Внимательно читайте каждое утверждение и выбирайте один из трех предлагаемых вариантов ответов. Старайтесь избегать промежуточных ответов типа «трудно сказать», «затрудняюсь ответить» и т. д. Выполняйте работу по возможности быстро».

### **Текст опросника**

1. Когда люди живут так близко, как это происходит в семейной жизни, они неизбежно теряют взаимопонимание и остроту восприятия другого человека:

а) верно; б) не уверен; в) неверно.

2. Ваши супружеские отношения приносят Вам:

а) скорее беспокойство и страдание; б) затрудняюсь ответить; в) скорее радость и удовлетворение.

3. Родственники и друзья оценивают Ваш брак:

а) как удавшийся; б) нечто среднее; в) как неудавшийся.

4. Если бы Вы могли, то: а) Вы бы многое изменили в характере Вашего супруга (Вашей супруги); б) трудно сказать; в) Вы бы не стали ничего менять.

5. Одна из проблем современного брака в том, что все приедается, в том числе и сексуальные отношения: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

6. Когда Вы сравниваете Вашу семейную жизнь с семейной жизнью Ваших друзей и знакомых, Вам кажется: а) что Вы несчастнее других; б) трудно сказать; в) Вы счастливее других.

7. Жизнь без семьи, без близкого человека – слишком дорогая цена за полную самостоятельность: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

8. Вы считаете, что без Вас жизнь Вашего супруга (Вашей супруги) была бы неполноценной: а) да, считаю; б) трудно сказать; в) нет, не считаю.

9. Большинство людей в какой-то мере обманывается в своих ожиданиях относительно брака: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

10. Только множество различных обстоятельств мешает подумать Вам о разводе: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

11. Если бы вернулось время, когда Вы вступали в брак, то Вашим мужем (женой) мог бы стать: а) кто угодно, но только не теперешний(ья) супруг(а); б) трудно сказать; в) возможно, что именно теперешний(ья) супруг(а).

12. Вы гордитесь что такой человек, как Ваш(а) супруг(а), рядом с Вами: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

13. К сожалению, недостатки Вашего(ей) супруга(и) часто перевешивают его достоинства: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

14. Основные помехи для счастливой супружеской жизни кроются: а) скорее в характере Вашего супруга; б) трудно сказать; в) скорее в Вас самих.

15. Чувства, с которыми Вы вступали в брак: а) усилились; б) трудно сказать; в) ослабли.

16. Брак притупляет творческие возможности человека: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

17. Можно сказать, что Ваш супруг(а) обладает такими достоинствами, которые компенсируют его недостатки: а) согласен; б) нечто среднее; в) нет, не согласен.

18. К сожалению, в Вашем браке не все обстоит благополучно с эмоциональной поддержкой друг друга: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

19. Вам кажется, что Ваш(а) супруг(а) часто делает глупости, говорит невпопад, неуместно шутит: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

20. Жизнь в семье, как Вам кажется, не зависит от Вашей воли: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

21. Ваши семейные отношения не внесли в жизнь того порядка и организованности, которых Вы ожидали: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

22. Неправы те, кто считает, что именно в семье человек меньше всего может рассчитывать на уважение: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

23. Как правило, общество Вашего супруга (и) доставляет Вам удовольствие: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

24. По правде сказать, в Вашей супружеской жизни нет и не было ни одного светлого момента: а) верно; б) трудно сказать; в) неверно.

**Примечание.** В варианте опросника для супругов, подавших заявление о разводе, утверждения № 3, 10, 12, 18, 23 формулируются в прошедшем времени.

**Обработка и интерпретация результатов «Ключ»:** 1в, 2в, 3а, 4в, 5в, 6в, 7а, 8а, 9в, 10в, 11в, 12а, 13в, 14в, 15а, 16в, 17а, 18в, 19в, 20в, 21в, 22а, 23а, 24в. Если выбранный испытуемым вариант ответа (а или в) совпадает с приведенным в ключе, то начисляется 2 балла; если ответ промежуточный (б) – 1 балл; за ответ, не совпадающий с «ключом», – 0 баллов. Далее подсчитывается суммарный балл по всем ответам. Возможный диапазон тестового балла – от 0 до 48 баллов. Высокий балл говорит об удовлетворенности браком. Вся ось суммарных баллов теста разбивается на 7 категорий, образуя следующую шкалу оценок взаимоотношений: 0—16 баллов – абсолютно неблагоприятные, 17—22 баллов – неблагоприятные, 23—26 баллов – скорее неблагоприятные, 27—28 баллов – переходные, 29-32 баллов – скорее благоприятные, 33—38 баллов – благоприятные, 39-48 баллов – абсолютно благоприятные отношения.

### Генограмма

Методика используется для анализа хода семейной истории, стадий развития семьи, паттернов взаимоотношений, переходящих из поколения в поколение, и событий, предшествующих кризису семьи и обращению за психологической помощью. Генограмма представляет собой форму семейной родословной, на которой записывается информация о членах семьи как минимум в трех поколениях. В терапевтическую практику генограмма впервые была введена М. Боуэном в 1978 году (Шерман Р., Фредман Н., 1997). Методика позволяет посредством построения диаграммы, отражающей историю расширенной семьи на протяжении трех и более поколений, показать, как образцы поведения и внутрисемейных взаимоотношений передаются из поколения в поколение; как события, подобные смертям, болезням, крупным профессиональным успехам, переездам на новое место жительства и др., влияют на современные поведенческие образцы, а также на отношения во внутрисемейных диадах и треугольниках. Генограмма дает возможность психотерапевту (исследователю) и семье получить целостную картину, рассматривая все феномены и события семейной жизни в интегральной, вертикально направленной перспективе. Генограмма имеет много общего с традиционными подходами к сбору данных по истории семьи, но ее главной отличительной особенностью является структурированность и составление карты данных семьи. По сравнению с другими формами исследовательской записи генограмма позволяет вносить добавления и

корректировку при каждой встрече с семьей. Наглядное представление взаимоотношений большого количества членов семьи и ключевых событий семейной истории облегчает психотерапевтическую работу. При построении генограммы практически вся семейная информация представляется графически, что позволяет исследователю (терапевту) быстро охватить сложные семейные паттерны. Генограмма является богатым источником гипотез о том, как актуальные проблемы семьи могут быть связаны с семейным контекстом и историей развития. Для терапевтических записей генограмма обеспечивает краткое резюме, позволяющее терапевту (консультанту), незнакомому со случаем, быстро воспринять большое количество информации о семье и получить представление о ее потенциальных проблемах. В сочетании с генограммой обычно используется список важных событий семейной истории или методика «Линия времени», в которой события расположены вдоль временной оси. Методика довольно проста: по горизонтали прочерчивается линия времени с отметкой лет, месяцев и даже дней, на усмотрение терапевта (консультанта). Проводятся вертикальные линии, над ними указываются события жизненного цикла, например, «Николай потерял работу», «Мария и Владимир поженились», «Отец Сергея умер» и т. д. Эта методика позволяет представить трудно сопоставимую информацию о семейной истории в более удобной графической форме. Особенно важной эта методика становится при размышлении терапевта (консультанта) о том, почему семья пришла за помощью именно сейчас, а не годом раньше или позже. Что изменилось в семье? Что стало другим во внешних связях семьи? Что заставило семью искать помощь в это особое время? В чем состоит пусковой момент кризиса? (Черников А. В., 2001).

**Описание методики.** В процессе семейного консультирования и психотерапии сбор информации о семейной истории обычно проходит в контексте общего семейного интервью, и терапевт не может игнорировать проблему, с которой пришла семья. Поэтому конструирование генограммы должно быть частью более широкой задачи присоединения и помощи семье. Проводя интервью, терапевт двигается от представленной проблемы к более широкому семейному и социальному контексту, от актуальной семейной ситуации к исторической хронологии семейных событий, от легких вопросов к трудным, провоцирующим тревогу, от очевидных фактов к суждениям о взаимоотношениях и затем к циркулярным гипотезам о семейном функционировании. Генограмма выстраивается, как правило, в присутствии всех членов семьи, способных слушать и воспринимать информацию, в том числе и детей. Предполагается, что членам семьи интересны сведения о своих близких родственниках и прародителях. В процессе построения генограммы психолог-консультант собирает следующую информацию (Черников А. В., 2001):

1. **Состав семьи:** «Кто живет вместе в квартире (доме)? В каких они родственных отношениях? Были ли у супругов другие браки? Есть ли от них дети? Где живут остальные члены семьи?»

2. **Демографические данные:** имена, пол, возраст членов семьи, продолжительность брака, род занятий и образование членов семьи и т. д.

3. **Настоящее состояние проблемы:** «Кто из членов семьи знает о проблеме? Как каждый из них видит ее и как реагирует на нее? Имеет ли кто-нибудь в семье подобные проблемы?»

4. **История развития проблемы:** «Когда проблема возникла? Кто ее заметил первым? Кто думает о ней как о серьезной проблеме, а кто склонен не придавать ей

особого значения? Какие попытки решений были предприняты и кем? Обращалась ли семья раньше к специалистам и были ли случаи госпитализации? Что нового появилось или исчезло во взаимоотношениях в семье, по сравнению с тем, какими они были до кризиса? Считают ли члены семьи, что проблема изменяется? В каком направлении? К лучшему или к худшему? Что случится в семье, если кризис будет продолжаться? Как члены семьи представляют себе взаимоотношения в будущем?»

**5. Недавние события и изменения в жизненном цикле семьи:** рождения, смерти, браки, разводы, переезды, проблемы с работой, болезни членов семьи и т. д.

**6. Реакции семьи на важные события семейной истории:** «Какова была реакция семьи, когда родился определенный ребенок? В честь кого он был назван? Когда и почему семья переехала в этот город? Кто тяжелее всего пережил смерть этого члена семьи? Кто перенес легче? Кто организовывал похороны?» Оценка прошлых способов адаптации, особенно реорганизаций семьи после потерь и других критических переходов, дает важные ключи к пониманию семейных правил, ожиданий и паттернов реагирования.

**7. Родительские семьи каждого из супругов:** «Живы ли родители? Если умерли, то когда и от чего? Если живы, то чем занимаются? На пенсии или работают? Разведены ли они? Были ли у них другие браки? Когда родители встретились? Когда они поженились? Есть ли братья и сестры? Старшие или младшие и какова разница в возрасте? Чем занимаются, состоят ли в браке, есть ли у них дети?» Психолог-консультант (психотерапевт) может задавать такие же вопросы и про родителей отца и матери. Целью является сбор информации, по крайней мере, о 3-4 поколениях, включая поколение идентифицированного пациента. Важной информацией являются сведения о приемных детях, выкидышах, абортах, рано умерших детях.

**8. Другие значимые для семьи люди:** друзья, коллеги по работе, учителя, врачи и т. д.

**9. Семейные взаимоотношения:** «Есть ли какие-либо члены семьи, которые прервали взаимоотношения друг с другом? Есть ли кто-нибудь, кто находится в серьезном конфликте? Какие члены семьи очень близки друг другу? Кому в семье тот или иной человек доверяет больше всего? Все супружеские пары имеют некоторые трудности и иногда конфликтуют. Какие типы несогласия есть в вашей паре? У ваших родителей? В браках ваших братьев и сестер? Как каждый из супругов ладит с каждым ребенком?» Терапевт может задавать специальные циркулярные вопросы. Например, он может спросить у мужа: «Как вы думаете, насколько близки были ваши мать и старший брат?» – и затем поинтересоваться, что думает об этом его жена. Иногда полезно спрашивать, как присутствующие на встрече люди могли бы быть охарактеризованы другими членами семьи: «Как отец описал бы вас, когда вам было тринадцать лет, что соответствует возрасту вашего сына сейчас?» Такие циркулярные вопросы задают для того, чтобы обнаружить различия во взаимоотношениях с разными членами семьи. Выявляя отличающееся восприятие у разных членов семьи, терапевт попутно вводит новую информацию в систему, обогащая ее новыми представлениями о самой себе.

**10. Семейные роли:** «Кто из членов семьи любит проявлять заботу о других? А кто любит, когда о нем много заботятся? Кто в семье может считаться волевым человеком? Кто самый авторитетный? Кто из детей наиболее послушен? Кому сопутствует успех? Кто постоянно терпит неудачи? Кто кажется теплым? Холодным? Дистанцированным? Кто больше всех болеет в семье?» Терапевту важно обращать

внимание на ярлыки и клички, которые члены семьи дают друг другу: Супермать, Железная Леди, Домашний Тиран и т. д. Они являются важными ключами к эмоциональным паттернам в семейной системе. 11. **Трудные для семьи темы:** «Имеет ли кто-нибудь из членов вашей семьи серьезные медицинские или психические проблемы? Проблемы, связанные с физическим или сексуальным насилием? Употребляют ли наркотики? Много алкоголя? Когда-либо были арестованы? За что? Каков их статус сейчас?» Обсуждение этих тем может быть болезненным для членов семьи, и поэтому вопросы следует задавать особенно тактично и осторожно. Если семья выражает сильное сопротивление, то психолог должен отступить и вернуться к ним позднее. В то время как основная информация по генограмме может быть собрана за полчаса (без детального опроса по проблеме), всесторонний сбор семейной истории от нескольких членов семьи, может потребовать нескольких встреч. Психолог может проделать такую работу, предварительно мотивировав на нее семью и заключив с ними соответствующий контракт. Более распространенным является первоначальное получение основной информации о семейной истории и возвращение к ней время от времени, когда в разговоре всплывает «исторический материал». Возможны иные способы работы с генограммой. Так, например, психолог может предложить каждому члену семьи с помощью основных обозначений, используемых для построения генограммы, изобразить графически свое представление о семье, то есть генограмма может быть составлена самими членами семьи (Эйдемиллер Э. Г., Добряков И. В., Никольская И. М., 2003). Нередко такая генограмма отражает характерные структурные нарушения семейной системы.

**Генограмма семьи**, основные обозначения: мужчины располагаются слева и обозначаются квадратиками. Женщины располагаются справа и обозначаются кружочками. Брак между мужчиной и женщиной обозначается одной простой линией между ними. Официально не зарегистрированные союзы обозначаются пунктирной линией. Развод обозначается перечеркиванием соединительной линии между супругами двумя короткими линиями. Прекращение совместной жизни без развода обозначается перечеркиванием соединительной линии между супругами одной короткой линией. Дети обозначаются вне зависимости от пола по старшинству слева направо. При этом родной (генетически) ребенок связывается на рисунке с родителями сплошной линией, приемный – пунктирной. Близнецы обозначаются двумя линиями, вышедшими из одной точки на соединительной линии между супругами. Существующая беременность - треугольником. Смерть обозначается перечеркиванием квадратика или кружочка, обозначающего члена семьи. Выкидыш – черным кружочком. Аборт – крестиком. Отмечаются также дети, погибшие в раннем возрасте:

На генограмме может быть отображена информация об эмоциональных отношениях между членами семьи:

- интенсивные сверхблизкие (симбиотические) отношения между любыми членами семьи - тремя линиями;
- близкие отношения - двумя линиями;
- конфликтные отношения – зигзагом;
- амбивалентные отношения (одновременно близкие и конфликтные) - три линии перечеркнуты зигзагом;
- дистантные отношения – пунктирной линией;

- разрыв отношений – вертикальными линиями со стороны каждого супруга;

На генограмме рядом с теми членами семьи, к которым это относится, может коротко помечаться важная информация, например, имена, образование, род занятий, серьезные заболевания, место жительства на настоящий момент.

### **Проективные рисуночные методики «Кинетический рисунок семьи»**

Исторически использование методики «Рисунок семьи» (РС) связано с общим развитием «проективной психологии».

Считается, что идея использования рисунка семьи для диагностики внутрисемейных отношений возникла у ряда исследователей, среди которых упоминают работы **В. Вульфа**,

**В. Хьюлса, И. Минковского, М. Поро, Л. Кормана** и др. (Общая психодиагностика, 1987). Сегодня наиболее известна модификация **Р. Бернса и С. Кауфмана** – «Кинетический рисунок семьи» (КРС) (Бернс Р.С., Кауфман С. Х., 2000). В работах российских и отечественных психологов также обращается внимание на связь между особенностями рисунка семьи и внутрисемейными межличностными отношениями (Захаров А. П., 1988; Хоментаскас Г. Т., 1986; Романова Е. С., Потемкина О. Ф., 1991; Венгер А. Л., 2003 и др.).

Проективная методика «Рисунок семьи» (как и «Кинетический рисунок семьи») является полифункциональной. Она и ее модификации могут быть использованы, с одной стороны, для изучения структуры семьи, особенностей взаимоотношений между ее членами («семья глазами ребенка»), а с другой – как процедура, отражающая переживания и восприятие ребенком себя (Я-образ, половая идентификация), своего места в семье, его отношение к семье в целом и отдельным ее членам. Полифункциональность методики позволяет одновременно отнести ее также к группам методов, предназначенных для диагностики детско - родительских и сиблинговых отношений. Вследствие привлекательности и естественности задания эта методика способствует установлению хорошего эмоционального контакта психолога с ребенком, снимает напряжение, возникающее в ситуации обследования. Особенно продуктивно применение методики в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте, так как полученные результаты мало зависят от способности ребенка вербализовывать свои переживания, от его способности к интроспекции, умения вжиться в воображаемую ситуацию, то есть от тех особенностей психической деятельности, которые существенны при выполнении вербальных заданий.

**Описание методики.** Для проведения исследования необходимы: лист белой бумаги (15x20, 21x29 см), шесть цветных карандашей (черный, красный, синий, зеленый, желтый, коричневый), ластик.

#### **Ребенку дается инструкция:**

(РС) – «Нарисуй, пожалуйста, свою семью».

(РС) – «Нарисуй семью, как ты ее себе представляешь».

(КРС) – «Нарисуй свою семью, где все заняты обычным делом».



(КРС) – «Нарисуй, пожалуйста, свою семью, где каждый член семьи и ты делают что-нибудь. Постарайся рисовать целых людей, не «мультишек» и не людей, состоящих из палочек. Помни: изображай каждого делая что-нибудь, какое - либо действие».

Ни в коем случае нельзя объяснять, что обозначает слово «семья», так как этим искажается сама суть исследования. Если ребенок спрашивает, что ему рисовать, необходимо просто повторить инструкцию. Время выполнения задания не ограничивается (в большинстве случаев оно длится не более 35 минут).

Во время рисования ребенка следует отмечать в протоколе:

- последовательность рисования деталей;
- паузы более 15 секунд;
- стирание деталей;
- спонтанные комментарии ребенка;
- эмоциональные реакции и их связь с содержанием рисунка.

После выполнения задания надо стремиться получить максимум информации вербальным путем. Обычно задаются следующие вопросы:

1. Скажи, кто тут нарисован?
2. Где они находятся?
3. Что они делают? Кто это придумал?
4. Им весело или скучно? Почему?
5. Кто из нарисованных людей самый счастливый? Почему?
6. Кто из них самый несчастный? Почему?

Последние два вопроса провоцируют на открытое обсуждение чувств, что не каждый ребенок склонен делать. Поэтому, если ребенок молчит или отвечает формально, не следует настаивать на ответе. При опросе нужно попытаться выяснить смысл нарисованного ребенком: чувства к отдельным членам семьи; почему ребенок не нарисовал кого-нибудь из членов семьи (если так произошло); что значат для ребенка определенные детали рисунка (птицы, звери и т. д.). При этом по возможности следует избегать прямых вопросов, не настаивать на ответе, так как это может индуцировать тревогу, защитные реакции. Часто продуктивными оказываются проективные вопросы («Если вместо птички был бы нарисован человек, то кто бы это был?», «Кто бы выиграл в соревнованиях между братом и тобой?», «Кого мама позовет идти с собой?» и т. п.). После опроса можно (но не обязательно) попросить ребенка решить шесть условных ситуаций: три из них должны выявить негативные чувства к членам семьи, три – позитивные. Российский психолог Е. И. Рогов предлагает следующие шесть ситуаций:

- Представь себе, что у тебя есть два билета в цирк. Кого бы ты позвал с собой?
- Представь, что вся твоя семья идет в гости, но один из вас заболел и должен остаться дома. Кто он?
- Ты строишь из конструктора дом (вырезаешь бумажное платье для куклы), и тебе не везет. Кого ты позовешь на помощь?
- Ты имеешь... билетов (их количество на один меньше, чем членов семьи) на интересную кинокартину. Кто останется дома?
- Представь себе, что ты попал на необитаемый остров. С кем бы ты хотел там жить?

- Ты получил в подарок интересное лото. Вся семья села играть, но вас одним человеком больше, чем надо. Кто не будет играть?

Интерпретация результатов

Для интерпретации рисунка ребенка и его рассказа психологу необходимо располагать объективной информацией о возрасте исследуемого ребенка; о составе его семьи, возрасте братьев и сестер; если возможно, о поведении ребенка в семье, детском саду или школе.

Интерпретацию рисунка условно можно разделить на три части:

1. Анализ структуры «Рисунка семьи».
2. Интерпретация особенностей графических презентаций членов семьи.
3. Анализ процесса рисования.

### **Анализ структуры «Рисунка семьи» и сравнение состава нарисованной и реальной семьи**

Ожидается, что ребенок, переживающий эмоциональное благополучие в семье, будет рисовать полную семью. Искажение реального состава семьи заслуживает пристального внимания, так как за этим почти всегда стоят эмоциональный конфликт, недовольство семейной ситуацией. Крайние варианты представляют собой рисунки, в которых: (1) вообще не изображены люди; (2) изображены только не связанные с семьей люди (такое защитное избегание задания встречается у детей достаточно редко). За такими реакциями чаще всего кроются: травматические переживания, связанные с семьей; чувство отверженности, покинутости (поэтому такие рисунки относительно часты у детей, недавно пришедших в интернат из семей); аутизм; чувство небезопасности, большой уровень тревожности. Кроме того, это может быть результатом плохого контакта психолога с ребенком. Однако в практической работе чаще приходится сталкиваться с менее выраженными отступлениями от реального состава семьи. Дети уменьшают состав семьи, «забывая» нарисовать тех членов семьи, которые менее эмоционально привлекательны для них, с которыми сложились конфликтные отношения. Не изображая их, ребенок как бы разряжает неприемлемую эмоциональную атмосферу в семье, избегает негативных эмоций, связанных с определенными людьми. Наиболее часто в рисунке отсутствуют братья или сестры, что, вероятно, обусловлено ситуацией конкуренции между сиблингами. Таким способом ребенок в символической ситуации «монополизирует» недостающую любовь и внимание родителей. Ответы на вопрос, почему не нарисован тот или иной член семьи, бывают, как правило, защитными: «Не нарисовал потому, что не осталось места»; «Он пошел гулять» и т. д. Но иногда на указанный вопрос дети дают и более эмоционально насыщенные ответы: «Не хотел – он дерется»; «Не хочу, чтобы он с нами жил» и т. п. В некоторых случаях вместо реальных членов семьи ребенок рисует маленьких зверушек, птиц. Психологу всегда следует уточнить, с кем ребенок их идентифицирует (наиболее часто так рисуются братья или сестры, чье влияние в семье ребенок стремится уменьшить). Большой интерес представляют те рисунки, в которых ребенок не рисует себя или вместо семьи рисует только себя. В обоих случаях рисующий не включает себя в состав семьи, что свидетельствует об отсутствии чувства общности с другими ее членами. Отсутствие своего изображения в рисунке более характерно для детей, чувствующих отвержение, неприятие. Презентация в рисунке только себя, может указывать на различное

психическое содержание, в зависимости от контекста, других характеристик рисунка. Если указанной презентации свойственна позитивная концентрация на рисовании самого себя (большое количество деталей тела, цветов, декорирование одежды, большая величина фигуры), то это, наряду с несформированным чувством общности, указывает на определенную эгоцентричность, истероидные черты характера. Если же изображение себя характеризуется маленькой величиной, схематичностью, и при этом другими деталями рисунка и цветовой гаммой создан негативный эмоциональный фон, то можно предполагать присутствие чувства отверженности, покинутости, иногда – аутистических тенденций. Информативным является увеличение состава семьи. Как правило, это связано с неудовлетворенными психологическими потребностями в семье. Примерами могут служить рисунки единственных детей – они относительно чаще включают в рисунок семьи посторонних людей. Выражением потребности в равноправных, кооперативных связях является рисунок ребенка, в котором, помимо членов семьи, нарисован ребенок того же возраста (двоюродный брат, дочь соседа и т. п.). Презентация маленьких детей указывает на неудовлетворенные аффилиативные потребности, желание занять охраняющую, родительскую, руководящую позицию по отношению к другим детям (такую же информацию могут дать и нарисованные в дополнение к членам семьи собачки, кошки и т. п.). Изображение других, не связанных с семьей взрослых, помимо родителей (или вместо них), указывает на восприятие неинтегративности семьи, на поиск человека, способного удовлетворить потребность ребенка в близких эмоциональных контактах. В некоторых случаях – на символическое разрушение целостности семьи, месть родителям вследствие ощущения отверженности, ненужности.

#### **Интерпретация особенностей графических презентаций членов семьи**

Анализ особенностей нарисованных фигур. Особенности графических презентаций отдельных членов семьи могут дать информацию большого диапазона: об эмоциональном отношении ребенка к отдельному члену семьи, о том, каким его видит ребенок, о Я-образе ребенка, его половой идентификации и т. д. При оценке эмоционального отношения ребенка к членам семьи следует обращать внимание на следующие моменты графических презентаций:

- количество деталей тела: присутствуют ли голова, волосы, уши, глаза, зрачки, ресницы, брови, нос, щеки, рот, шея, плечи, руки, ладони, пальцы, ноги, ступни;
- декорирование (детали одежды и украшения): шапка, воротник, галстук, банты, карманы, ремень, пуговицы, элементы прически, сложность одежды, украшения, узоры на одежде и т. п.;
- количество использованных цветов для рисования фигуры.

Как правило, хорошие эмоциональные отношения с человеком сопровождаются позитивной концентрацией на его рисовании, что в результате находит отражение в большем количестве деталей тела, декорировании, использовании разнообразных цветов. И наоборот, негативное отношение к человеку ведет к большей схематичности, неоконченности его графической презентации. Иногда пропуск в рисунке существенных частей тела (головы, рук, ног) может указывать, наряду с негативным отношением к нему, также на агрессивные побуждения относительно этого человека. О восприятии других членов семьи и Я-образа рисующего можно судить на основе сравнения величин фигур, особенностей презентации отдельных частей тела и всей фигуры в целом. Дети, как правило, самыми большими рисуют отца или мать, что соответствует реальности. Однако

иногда соотношение величин нарисованных фигур явно не соответствует реальности: семилетний ребенок может оказаться выше и шире своих родителей и т. д. Это объясняется тем, что для ребенка величина фигуры является средством, при помощи которого он выражает силу, превосходство, значимость, доминирование. Так, например, изображая семью, для которой характерна большая доминантность матери, являющейся истинно авторитарным руководителем, девочка Н., 6 лет, нарисовала маму на 1/3 больше отца и вдвое больше других членов семьи.

Некоторые дети самыми большими или равными по величине с родителями рисуют себя. Как правило, это может быть связано либо с эгоцентричностью ребенка, либо с соревнованием за родительскую любовь с другим родителем, когда ребенок приравнивает себя к родителю противоположного пола, исключая или уменьшая при этом «конкурента». Дети, которые чувствуют свою незначительность, ненужность и т. п. или, напротив, требуют опеки, заботы со стороны родителей, занимают в семье позицию «малыша», рисуют себя значительно меньшими по размеру, чем другие члены семьи.

Информативной может быть и абсолютная величина фигур. Большие, тянущиеся через весь лист фигуры, рисуют импульсивные, уверенные в себе, склонные к доминированию дети. Очень маленькие фигуры связаны с тревожностью, чувством опасности у ребенка. При анализе особенностей презентаций членов семьи следует обращать внимание и на рисование отдельных частей тела. Отдельные части тела связаны с определенными сферами активности, представляя собой средства общения, контроля, передвижения и т. д. Особенности их презентации могут указывать на определенное, связанное с ними чувственное содержание. Руки являются основными средствами воздействия на мир, физического контроля поведения других людей. Если ребенок рисует себя с поднятыми вверх руками, длинными пальцами, то это часто связано с его агрессивными желаниями. Иногда такие изображения присутствуют и в рисунках внешне спокойных, покладистых детей. В этом случае можно предполагать, что ребенок чувствует враждебность по отношению к окружающим, но его агрессивные побуждения подавлены. Такое рисование себя также может указывать на стремление ребенка компенсировать свою слабость, желание быть сильным, властвовать над другими. Эта интерпретация более достоверна тогда, когда ребенок в дополнение к «агрессивным» рукам еще рисует и широкие плечи или другие атрибуты – символы «мужественности» и силы. Иногда ребенок рисует всех членов семьи с руками, но «забывает» нарисовать их себе. Если при этом ребенок рисует себя еще и непропорционально маленьким, то это может быть связано с чувством бессилия, собственной незначительности в семье, с ощущением, что окружающие подавляют его активность, чрезмерно его контролируют. Интересны рисунки, в которых один из членов семьи нарисован с длинными руками, большими пальцами. Чаще всего это указывает на восприятие ребенком пунитивности (пунитивный родитель – воспринимаемый ребенком как «наказывающий»), агрессивности этого члена семьи. То же значение может иметь и презентация члена семьи вообще без рук. Таким образом, ребенок символическими средствами ограничивает его активность. Голова – центр локализации Я, интеллектуальной и перцептивной деятельности; лицо – самая важная часть тела в процессе общения. Уже дети 3 лет в рисунке обязательно рисуют голову, некоторые части тела. Если дети старше пятилетнего возраста (нормального интеллекта) в рисунке пропускают части лица (глаза, рот), это может указывать на серьезные нарушения в сфере общения, отгороженность, аутизм. Отсутствие

голова, черт лица или заштрихованное лицо в изображении других членов семьи часто связано с конфликтными отношениями с данным человеком, враждебным отношением к нему. Выражение лиц нарисованных людей также может быть индикатором чувств ребенка к ним. Однако надо иметь в виду, что дети склонны рисовать улыбающихся людей – это своеобразный «штамп» в их рисунках: иногда это вовсе не означает, что они так воспринимают окружающих. Для интерпретации рисунка семьи выражения лиц значимы только в тех случаях, когда они отличаются друг от друга. В этом случае можно полагать, что ребенок сознательно или бессознательно использует выражение лица как выразительное средство. Это в основном характерно для старших детей. Например, мальчик Р., 9 лет, последний сын в семье, имеющий, в отличие от своих братьев, физический дефект и не такой, как они, успешный в учебе и спорте, в рисунке выразил свое чувство неполноценности, изображая себя значительно меньшим, с опущенными вниз краями губ. Эта графическая презентация «Я» явно отличалась от других членов семьи – больших и улыбающихся. Девочки больше, чем мальчики, уделяют внимание рисованию лица, изображают разнообразные детали. Они замечают, что их матери много времени уделяют уходу за лицом, косметике, и сами постепенно усваивают ценности взрослых женщин. Поэтому концентрация на рисовании лица может указывать на хорошую половую идентификацию девочки. В рисунках мальчиков этот момент может быть связан с озабоченностью своей физической красотой, стремлением компенсировать физические недостатки, формированием стереотипов женского поведения.

Презентация зубов и выделение рта часты у детей, склонных к оральной агрессии. Если ребенок так рисует не себя, а другого члена семьи, то это может свидетельствовать о наличии чувства страха в связи с воспринимаемой враждебностью этого человека к ребенку либо к иным членам семьи. Существует закономерность, что с возрастом детей рисунок человека обогащается все новыми деталями. Дети 3,5 лет в большинстве своем рисуют «головонога», а 7 лет презентуют уже богатую схему тела. Каждому возрасту присущи определенные детали, и их пропуск в рисунке, как правило, связан с отрицанием их функций, конфликтом. Если, например, ребенок 7 лет не рисует одной из этих деталей: головы, глаз, носа, рта, рук, туловища, ног, – на это надо обратить внимание. У детей старше 5,5—6 лет в рисунках выделяются две разные схемы рисования индивидов разной половой принадлежности. Например, туловище мужчины рисуется овальной формы, женщины – треугольной, либо половые различия выражаются другими средствами. Если ребенок рисует себя так же, как и другие фигуры того же пола, то можно говорить об адекватной половой идентификации. Аналогичные детали и цвета в презентации двух фигур, например, сына и отца, можно интерпретировать как стремление сына быть похожим на отца, идентификацию с ним, хорошие эмоциональные контакты. Расположение членов семьи указывает на некоторые психологические особенности взаимоотношений в семье. Рисование членов семьи с соединенными руками, объединенность их в общей деятельности являются индикаторами психологического благополучия, восприятия сплоченности семьи, включенности в семью. Рисунки с противоположными характеристиками (разобщенностью членов семьи) могут указывать на низкий уровень эмоциональных связей. Осторожности в интерпретации требуют те случаи, когда близкое расположение фигур обусловлено замыслом поместить членов семьи в ограниченное пространство (лодку, маленький домик и т. п.). Близкое расположение может, наоборот, говорить о попытке ребенка объединить, сплотить семью

(для этой цели ребенок прибегает к внешним обстоятельствам, так как чувствует тщетность собственных усилий). Психологически интереснее те рисунки, в которых часть семьи расположена в одной группе, а одно или несколько лиц – в отдалении от них. Если изолированным ребенок рисует себя, это указывает на чувство невключенности, отчужденности. В случае отделения другого члена семьи можно предполагать негативное отношение ребенка к нему либо ощущение угрозы, исходящей от него. Часты случаи, когда такая презентация связана с реальным отчуждением члена семьи, с малой его значимостью для ребенка. Группировка членов семьи в рисунке иногда помогает выделить психологические микроструктуры семьи, коалиции и треугольники типичных взаимоотношений в семье. Как указывалось, ранее, мера психологической близости (эмоциональные связи) может выражаться ребенком в рисунке посредством физических расстояний (дистанций) между фигурами. То же значение имеет и размещение между членами семьи объектов, деление рисунка на ячейки, по которым распределены члены семьи. Такие презентации указывают на слабость позитивных межперсональных связей между членами семьи.

### **Анализ процесса рисования**

При анализе процесса рисования следует обращать внимание на следующее:

- последовательность рисования членов семьи;
- последовательность рисования деталей;
- стирание;
- возвращение к уже нарисованным объектам, деталям, фигурам;
- паузы;
- спонтанные комментарии ребенка в процессе рисования.

Интерпретация процесса рисования в общем реализует тезис о том, что за динамическими характеристиками рисования кроются изменения мысли, актуализация чувств, напряжения, конфликты, которые отражают значимость определенных деталей рисунка для ребенка. Интерпретация процесса рисования требует творческого включения всего практического опыта психолога, его интуиции. Несмотря на большой уровень неопределенности, как раз этот уровень анализа часто дает наиболее содержательную, глубокую, значимую информацию. Как при рассказе ребенок начинает с главного, так и в рисунке первым он изображает наиболее значимого, главного или наиболее эмоционально близкого человека. Как правило, это тот, кто больше времени бывает с ним, больше, чем другие, уделяет ему внимания. То, что часто дети первыми рисуют себя, наверное, связано с их эгоцентризмом как возрастной характеристикой. Примечательны случаи, когда ребенок последней рисует мать – как правило, это связано с негативным отношением к ней. Последовательность рисования членов семьи может быть более достоверно интерпретирована в контексте анализа особенностей графической презентации фигур. Если нарисованная первая фигура является самой большой, однако ее изображение выполнено схематично, в отсутствие декорирования, то такая презентация указывает на воспринимаемую ребенком значимость этого лица, силу, доминирование в семье, но не указывает на положительные чувства ребенка в его отношении. Однако если первая фигура нарисована тщательно, декорирована, то можно думать, что это наиболее любимый член семьи, которого ребенок почитает и на которого хочет быть похож. Обычно дети, получив задание нарисовать семью, начинают рисовать членов семьи. Но

некоторые сперва рисуют различные объекты, линию основания, солнце, мебель и т. д. и лишь в последнюю очередь приступают к изображению людей. Есть основание считать, что такая последовательность выполнения задания является своеобразной защитной реакцией, при помощи которой ребенок отодвигает неприятное ему задание во времени. Чаще всего это наблюдается у детей с неблагополучной семейной ситуацией, но это также может быть последствием плохого контакта ребенка с психологом. Возвращение к рисованию определенных членов семьи, объектов, деталей указывает на их значимость для ребенка. Как произвольные движения человека иногда показывают актуальное содержание психики, так и возвращение к рисованию уже выполненных элементов рисунка соответствует движению мысли, отношению ребенка к ним и может указывать на главное, доминирующее переживание, связанное с определенными деталями рисунка. Паузы перед рисованием определенных деталей, членов семьи чаще всего связаны с конфликтным отношением и являются внешним выражением внутреннего диссонанса мотивов. На бессознательном уровне ребенок как бы решает, рисовать ему или нет человека, или деталь, которые связаны для него с негативными эмоциями. Стирание нарисованного, перерисованного может быть обусловлено как негативными эмоциями по отношению к данному члену семьи, так и позитивными. Решающее значение имеет конечный результат рисования. Если стирание и перерисовывание не привели к заметно лучшей графической презентации, то можно предполагать конфликтное отношение ребенка к этому человеку. Спонтанные комментарии часто проясняют смысл рисуемого содержания. Поэтому к ним следует внимательно прислушиваться.

Также надо иметь в виду, что кажущиеся иррелевантными комментарии все же являются средством ослабления внутреннего напряжения, их появление выдает наиболее эмоционально «заряженные» места рисунка. Это может помочь направить и вопросы после рисования, и сам процесс интерпретации.

### **Особенности интерпретации результатов КРС**

При обычном задании «нарисуй свою семью» ребенок часто рисует статическую картину, в которой все члены семьи расположены в ряд и повернуты лицом к наблюдателю. Хотя в этом случае полезная информация может быть получена, некинетические инструкции обычно приводят к относительно статичным, ригидным рисункам. Подход, использующий кинетические (деятельные) инструкции, когда ребенка просят представить изображение, где фигуры двигались бы или делали что-нибудь, является более информативным. Несмотря на то, что при интерпретации результатов кинетического рисунка семьи учитываются все вышеперечисленные уровни анализа, однако фокусироваться необходимо на действии или движении, а не на инертных фигурах. Согласно Р. Бернсу и С. Кауфману, авторам данной модификации, действия и объекты, изображенные на рисунке, заключают в себе энергию, созвучную определенным отношениям. «Энергии» или «поля напряжения» могут отражать злобу, зависть, соревнование, стремление к близким контактам и т. д. (Например, игра в мяч говорит о конкуренции, зависти; горящий огонь – о враждебном отношении, злобе.) Вот некоторые характеристики КРС и их значение (Бернс Р. С., Кауфман С. Х., 2000):

#### **Стиль**

1. Отделение. Дети пытаются изолировать себя (и свои чувства) от остальных членов семьи через отделение.

2. Подчеркивание. Проведенная в низу страницы линия характерна для детей из неустойчивых семей.

### **Действия**

#### **1. Мать:**

- готовка: это действие матери наиболее часто встречается на КРС и отражает фигуру матери, которая удовлетворяет потребности детей;

- уборка: это действие обнаруживается у компульсивных матерей, которые больше озабочены «домом», чем людьми в доме; уборка приравнивается к приемлемому или хорошему поведению;

- глажка: обычно обнаруживается у чрезмерно вовлеченных матерей, слишком усиленно пытающихся дать ребенку «тепло».

#### **2. Отец:**

- домашние дела: чтение газеты, оплата счетов, игры с детьми являются частыми действиями нормальных отцов;

- по пути на работу или во время работы: обычно обнаруживается у отцов, которых воспринимают как отстраненных от семьи или пребывающих за ее пределами, не интегрированных в нее;

- резание: такие действия, как подстригание газона, рубка деревьев, резание и т. д., обнаруживаются у «жестких» или «кастрирующих» отцов (иногда матерей).

3. Соперничество. Обычно изображается как применение силы или конфликт между членами семьи, то есть как бросание мяча, ножа, самолета и т. п. Выступает у сильно конкурирующих или «ревнивых» детей. Это малая часть обычных «действий», которые часто повторяются в КРС. Для оценки внутрисемейных отношений, воспринимаемых ребенком, можно использовать следующую таблицу (Фурманов И.А., Аладьин А.А., Фурманова Н.В., 1999).

### **Симптомокомплексы кинетического рисунка семьи.**

К благоприятной семейной ситуации относится: общая деятельность всех членов семьи; преобладание людей на рисунке; изображение всех членов семьи; отсутствие изолированных членов семьи; отсутствие штриховки; хорошее качество линий; отсутствие показателей враждебности; адекватное распределение людей на листе; другие возможные признаки.

Тревожность: штриховка; линия основания – пол; линия над рисунком; линия с сильным нажимом; стирание; преувеличения внимания к детям; преобладание вещей; двойные или прерывистые линии; подчеркивание отдельных деталей; другие возможные признаки.

Конфликтность: барьеры между фигурами; стирание отдельных фигур; отсутствие отдельных частей тела у некоторых фигур; выделение отдельных фигур; изоляция отдельных фигур; неадекватная величина отдельных фигур; несоответствие вербального описания и рисунка преобладание вещей; отсутствие на рисунке некоторых членов семьи; член семьи, стоящий спиной; другие возможные признаки.

Чувство неполноценности в семейной ситуации: автор рисунка непропорционально маленький; расположение фигур на нижней части листа; линия слабая, прерывистая; изоляция автора рисунка от других членов семьи; маленькая фигура; неподвижная по сравнению с другими фигурами автора; отсутствие автора; автор стоит спиной.



Враждебность в семейной ситуации: одна фигура на одной стороне листа; агрессивная позиция фигуры; зачеркнутая фигура; деформированная фигура; обратный профиль; руки раскинуты в стороны; пальцы длинные, подчеркнутые; другие возможные варианты.

### **Опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях»**

Опросник позволяет выявить наиболее конфликтогенные сферы супружеских отношений, степень согласия (или несогласия) в конфликтных ситуациях, уровень конфликтности в паре. Методика разработана **Ю.Е. Алешинной и Л.Я. Гозманом, (2020)**. Методика представляет собой бланковый тест-опросник, содержащий описание 32 ситуаций супружеского взаимодействия, которые носят конфликтный характер. В качестве ответа респондентам (испытуемым) предлагается шкала возможных реакций на определенную ситуацию, в которую заложены два признака: активность или пассивность реакции и согласие или несогласие с партнером (стороной в конфликте). Левый полюс шкалы – активное выражение несогласия, несогласное нейтральное отношение, пассивное выражение согласия и, наконец, правый полюс – активное выражение согласия. Делениям шкалы ответов приписываются значения в баллах соответственно от  $-2$  до  $+2$ . Шкала имеет следующий вид:

- категорически не согласна с тем, что муж делает и говорит в данной ситуации, активно возражаю ему и настаиваю на своем ( $-2$ );
- не согласна с тем, что муж делает и говорит в данной ситуации, демонстрирую свое недовольство, но избегаю открытого обсуждения ( $-1$ );
- ничего не предпринимаю, не высказываю своего отношения, жду дальнейшего развития событий (0);
- в целом согласна с тем, что муж делает и говорит, но не считаю необходимым открыто выражать свое отношение (1);
- полностью согласна с тем, что муж делает и говорит в данной ситуации, активно поддерживаю его и одобряю (2).

**Процедура проведения.** Стимульный материал разработан отдельно для мужчин и для женщин. Обследование каждый из супругов проходит отдельно.

**Инструкция.** «В отношениях между супругами довольно часто бывают недоразумения, противоречия, столкновения интересов. Ниже приводятся достаточно типичные ситуации; такие (или почти такие же) возникают в каждой семье. Бывали они, наверное, и у вас. Пожалуйста, выберите тот вариант из предлагаемых ответов, который в наибольшей степени близок к тому, как вы себя ведете в подобных ситуациях. Не стоит слишком долго задумываться над выбором ответа, т.к. в данном случае не может быть ответов «правильных» и «неправильных». Отметьте на ответном листе номер того варианта, который показался вам наиболее подходящим, и переходите к следующей ситуации. Все ответы будут сохранены в тайне».

### **Обработка результатов.**

Изучение конфликтов в супружеских парах позволило авторам методики выделить 8 сфер, в которых чаще всего происходят столкновения:

1. Проблемы отношений с родственниками и друзьями.
2. Вопросы, связанные с воспитанием детей.
3. Проявление стремления к автономии.

4. Нарушение ролевых ожиданий.
5. Рассогласование норм поведения.
6. Проявление доминирования одним из супругов.
7. Проявление ревности.
8. Расхождения в отношении к деньгам.

Все ситуации по данным основаниям группируются в восемь блоков следующим образом:

Номера блока	Номера состояний
1. Проблемы отношений с родственниками и друзьями.	1, 5, 8, 20
2. Вопросы, связанные с воспитанием детей.	4, 11, 16, 23
3. Проявление стремления к автономии.	6, 18, 21, 22
4. Нарушение ролевых ожиданий.	2, 12, 27, 29
5. Рассогласование норм поведения.	3, 26, 28, 30
6. Проявление доминирования одним из супругов.	9, 25, 31, 32
7. Проявление ревности.	13, 14, 17, 24
8. Расхождения в отношении к деньгам.	7, 10, 15, 19

Кроме того, ситуации могут быть разделены на две группы по основаниям «виновного в конфликте». Слово «вина» берется в кавычки, так как речь идет не о реальной виновности (которую часто вообще трудно выявить), а о поводе к ссоре.

В ситуациях № 4, 5, 9, 10, 11, 13, 14, 17, 18, 19, 22, 23, 26, 27, 31 в большей степени в возникновении конфликта «виноват» респондент, а в ситуациях № 1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32 такой повод дал супруг (супруга).

Результаты исследований получают путем расчета общего индекса (среднее арифметическое по каждому блоку).

#### **Интерпретация результатов.**

Значения индексов меняются от  $-2$  до  $2$ . Отрицательное значение индекса, говорит о негативной реакции респондента в конфликтных ситуациях, положительное – о позитивных реакциях. Значения, близкие к  $1$  (или к  $-1$ ), подчеркивают пассивный характер поведения при семейных недоразумениях, а близкие к  $2$  (или к  $-2$ ) – об активной позиции в данной ситуации. Полученные результаты дают возможность говорить и об общем уровне конфликтности в паре: чем ближе значения общего индекса к  $-2$ , тем более конфликтный характер носит взаимодействие супругов. Результаты методики дают возможность охарактеризовать обследуемую пару по ряду параметров: наиболее конфликтогенные сферы супружеских отношений, степень согласия (или несогласия) в ситуациях конфликта, уровень конфликтности в паре. Эти характеристики могут быть полезны как в исследованиях разных сторон супружеских взаимоотношений, так и при диагностике с целью дальнейшей коррекции.

#### **Текст опросника (мужской вариант)**

1. Вы пригласили своих родственников в гости. Жена, зная об этом, неожиданно поздно вернулась домой. Вас это огорчило. После ухода гостей Вы высказываете жене свое огорчение, а она не может понять причины недовольства. Вы...

2. Жена давно обещала сделать кое-что по дому и опять ничего не сделала. Вы...

3. Вы долго стояли в очереди в магазине. Продавщица все время отвлекалась, грубила покупателям. Когда подошла Ваша очередь, жена, на Ваш взгляд, слишком резко стала говорить с ней. Вы неприятно удивлены ее тоном, Вы...

4. Уже поздно, ребенку пора ложиться спать, но ему не хочется, а жена все-таки пытается отправить его в постель. Вы вмешиваетесь и разрешаете ребенку поиграть еще, говоря, что завтра выходной. Жена настаивает на своем. Вы...

5. Вы договорились выходной провести дома. Но неожиданно Вам позвонили родители и позвали к себе. Вы сразу же стали собираться. Жена осталась недовольна тем, что нарушились Ваши совместные планы. Вы...

6. У жены плохое настроение. Вы догадываетесь, что у нее неприятности на работе, хотя она ничего не говорит. Вы пытаетесь вызвать ее на разговор, но она уходит от беседы. Вы...

7. Вы с женой приглашены на день рождения друга, денег на подарок недостаточно. Вам кажется, что именно жена в этом месяце потратила слишком много денег. Вы...

8. Ваш друг делится с Вами и Вашей женой своими проблемами и переживаниями. Одно из замечаний Вашей жены, на Ваш взгляд, выпадает из общего тона разговора и обидно для собеседника. Вы...

9. Вам обоим нужно задержаться на работе, и некому побыть с ребенком. Вы считаете, что Ваши дела важнее, и жена должна сделать это, но она не соглашается. Вы...

10. Вы начали ремонт квартиры. Неожиданно оказалось, что эта затея обойдется дороже, чем Вы предполагали. Жена с самого начала скептически относилась к Вашим планам, а теперь очень сердита на Вас за непредвиденные расходы. Вы ...

11. У Вас есть любимое занятие, жена советует приобщить к этому ребенка, Вы же считаете, что ребенок будет Вам мешать, а жена продолжает настаивать на своем. Вы...

12. Вы собираетесь уйти из дома по делам, а жена хочет с Вами поговорить, и недовольна, что Вы отказываетесь задержаться хотя бы на несколько минут. Вы...

13. С юности у Вас осталось множество друзей - женщин. Вы с удовольствием общаетесь с ними, они заходят к Вам в гости. У жены эти визиты вызывают недовольство. Вы...

14. Вы зашли к жене на работу. Ее не оказалось на месте, и, пока Вы ее ждали, Вам явно удалось завоевать симпатии ее коллег-женщин. Вас удивила негативная реакция жены. Вы...

15. Вам кажется, что жена периодически не на то тратит деньги, вот она купила ненужную, на Ваш взгляд, вещь, но жена считает, что она необходима в доме. Вы...

16. Вы просите жену помочь ребенку подготовить уроки, потому что сами хуже знакомы с этим предметом, а она продолжает заниматься своим делом и отсылает ребенка к Вам, говоря, что ей некогда. Вы...

17. В последнее время на работе Вы много общаетесь с одной из Ваших сотрудниц. Вы часто звоните друг другу, упоминаете о ней в разговорах с женой. Ей это явно неприятно. Вы...

18. Вы случайно встретились со своим старым приятелем, разговорились с ним, и он уговорил Вас зайти к нему домой. Вы пробыли с ним весь вечер и поздно вернулись домой. Жена беспокоилась и, когда Вы вернулись, она выказала Вам свое недовольство. Вы...

19. За несколько дней до зарплаты опять возник разговор о том, что денег не хватает. Жена считает, что Вы недостаточно делаете для обеспечения семьи. Вы...

20. Вы провели вечер с новыми друзьями, которые нравятся жене, но Вам не очень симпатичны. На Ваш взгляд, с ними было скучновато, но Вы пытались этого не показывать. По дороге домой, жена неожиданно высказала свое недовольство тем, как Вы вели себя с ее друзьями. Вы...

21. Ваша жена собирается к своим старым друзьям в гости. Вам хотелось бы пойти с ней, но она не предлагает этого. Вы ...

22. У Вас есть любимое увлечение, которому Вы уделяете свободное время, жена не разделяет этого интереса, даже выражает открытое недовольство. Вы...

23. Жена наказала ребенка, но Вам кажется, что проступок не столь серьезен, и Вы начинаете играть с ребенком. Жена недовольна этим. Вы ...

24. В гостях Вас познакомили с интересным мужчиной. Ваша жена в течение всего вечера сидела рядом с ним, танцевала только с ним и о чем-то оживленно беседовала. Вас это задело. Вы ...

25. Вы собираетесь провести воскресенье дома, но оказывается, что жена обещала друзьям навестить их. Вам очень не хочется идти. Вы...

26. Вы рассказали другу о Ваших семейных проблемах, жена узнала об этом и была очень недовольна, так как считает, что не стоит рассказывать всем и каждому о подобных вещах. Вы...

27. Жена давно просила Вас починить утюг. Сегодня она хотела им воспользоваться, но он оказался непочиненным. Она высказала Вам свое недовольство, несмотря на то, что знает, что Вам было некогда. Вы...

28. Знакомая Вашей семьи уже не в первый раз подвела Вас, и Вы считаете, что ей необходимо высказать свое недовольство открыто. Жена говорит, что не стоит придавать этому большого значения. Вы...

29. У Вас плохое настроение, и Вам хочется поговорить с женой и поделиться своими переживаниями и сомнениями с ней, но она не замечает Вашего состояния и отвечает, что поговорить можно позже, а сейчас ей некогда. Вы...

30. Приятельница жены позвонила и попросила Вас передать жене кое-что, как только та вернется домой. У Вас было много дел, и Вы вспомнили об этом только поздно вечером. Жена была очень недовольна и резко сказала, что Ваша необязательность ставит ее в неловкое положение уже не в первый раз. Вы...

31. Вечером Вы собираетесь вместе с женой смотреть телевизор, однако Ваши интересы пересекаются – Вам хочется смотреть передачи по разным программам. Каждый из Вас настаивает на своем. Вы...

32. Вы обсуждаете планы совместного отдыха с друзьями, и жена неожиданно начинает резко выступать против любого Вашего предложения. Вы...

#### **Текст опросника (женский вариант)**

1. Вы пригласили своих родственников в гости. Муж, зная об этом, неожиданно поздно вернулся домой. Вас это огорчило, и после ухода гостей Вы высказываете мужу свое огорчение, а он не может понять причины недовольства. Вы...

2. Муж уже много раз обещал сделать Вам кое-что по дому, но по-прежнему им ничего не сделано. Вы...

3. Вы долго стояли в очереди в магазине. Продавщица все время отвлекалась, грубила покупателям. Когда подошла Ваша очередь, муж, на Ваш взгляд, слишком резко начал говорить с ней. Вы неприятно удивлены его тоном. Вы...

4. Уже поздно, ребенку пора ложиться спать, но ему не хочется, а муж все-таки пытается отправить его в кровать. Вы вмешиваетесь и разрешаете ребенку еще немного поиграть, говоря, что завтра выходной. Муж настаивает. Вы...

5. Вы договорились выходной провести вместе дома. Но неожиданно Вам позвонили родители и позвали к себе. Вы сразу же начали собираться. Муж недоволен, что нарушились Ваши совместные планы. Вы...

6. У мужа плохое настроение. Вы догадываетесь, что у него неприятности на работе, хотя он ничего не говорит. Вы пытаетесь вызвать его на беседу, но он уходит от разговора. Вы...

7. Вы с мужем приглашены на день рождения друга, денег на подарок недостаточно. Вам кажется, что именно муж в этом месяце потратил их слишком много. Вы...

8. Ваша подруга делится с Вами и Вашим мужем своими проблемами и переживаниями. Одно из замечаний мужа, на Ваш взгляд, выпадает из общего тона разговора и обидно для собеседницы. Вы...

9. Вам обоим нужно задержаться на работе, и некому побыть с ребенком. Вы считаете, что Ваши дела важнее, и это должен сделать муж, но он не соглашается. Вы...

10. Вы начали ремонт квартиры. Неожиданно оказалось, что эта затея обойдется дороже, чем Вы предполагали. Муж с самого начала скептически относился к Вашим планам, а теперь еще сердит на Вас за непредвиденные расходы. Вы...

11. У Вас есть любимое занятие. Муж советует приобщить к этому делу ребенка. Вы считаете, что ребенок будет Вам мешать, а муж продолжает настаивать. Вы...

12. Вы собираетесь уйти из дома по делам, а муж хочет с Вами поговорить и недоволен, что Вы отказываетесь задержаться на несколько минут. Вы ...

13. С юности у Вас осталось много друзей-мужчин. Вы с удовольствием общаетесь с ними, они заходят к Вам в гости. У мужа все эти визиты вызывают недовольство. Вы...

14. Вы зашли к мужу на работу. Его не оказалось на месте, и, пока Вы его ждали, Вам явно удалось завоевать симпатии его коллег-мужчин. Вас удивила негативная реакция мужа. Вы...

15. Вам кажется, что муж не на то тратит деньги. Вот он опять купил ненужную, на Ваш взгляд, вещь, но муж считает, что она необходима в доме. Вы...

16. Вы просите мужа помочь ребенку приготовить уроки, потому что сами хуже знакомы с этим предметом, а муж продолжает заниматься своими делами, отсылает ребенка к Вам, говоря, что ему некогда. Вы...

17. В последнее время на работе Вы много общаетесь с одним из Ваших коллег. Вы часто звоните друг другу, упоминаете о нем в разговорах с мужем. Мужу это не нравится. Вы...

18. Вы случайно встретили старую подругу, разговорились с ней, и она уговорила Вас зайти к ней домой. Вы пробыли с ней весь вечер и поздно вернулись домой. Муж беспокоился и, когда Вы вернулись домой, он выказал Вам свое недовольство. Вы ...

19. За несколько дней до зарплаты опять возник разговор о том, что денег не хватает. Муж считает, что Вы недостаточно делаете для обеспечения семьи. Вы...

20. Вы провели вечер с новыми друзьями, которые нравятся мужу, но Вам не очень симпатичны. На Ваш взгляд, с ними было скучновато, но Вы пытались это не показать, а по дороге домой муж, неожиданно высказал свое недовольство тем, как Вы вели себя с его друзьями. Вы...

21. Ваш муж собирается к своим старым друзьям в гости. Вам хотелось бы пойти с ним, но он не предлагает этого. Вы...

22. У вас есть любимое увлечение, которому Вы уделяете свободное время. Муж не разделяет этого интереса и даже выражает открытое недовольство. Вы...

23. Муж наказал ребенка, по Вам кажется, что проступок не столь серьезен, и Вы начинаете играть с ребенком. Муж недоволен этим. Вы ...

24. В гостях у друзей Вас познакомили с привлекательной женщиной. Ваш муж в течение всего вечера сидел рядом с ней, танцевал и о чем-то оживленно беседовал. Вас это задело. Вы...

25. Вы собирались провести воскресенье дома, но оказалось, что муж обещал друзьям навестить их. Вам очень не хочется идти. Вы...

26. Вы рассказали подруге о своих семейных проблемах. Муж узнал об этом и был очень недоволен, так как считает, что не стоит рассказывать всем и каждому о подобных вещах. Вы...

27. Муж давно просил зашить ему брюки. Сегодня он хотел бы их надеть, но они остались незашитыми. Он высказывает свое недовольство, несмотря на то что знает, что Вам было некогда. Вы...

28. Знакомый Вашей семьи уже не в первый раз подвел Вас, и Вы считаете, что необходимо высказать свое недовольство. Муж говорит, что не стоит придавать этому большого значения. Вы...

29. У Вас плохое настроение, и Вам хочется поделиться с мужем своими переживаниями, сомнениями. Вы пытаетесь заговорить с ним, но он не замечает Вашего состояния и отвечает, что поговорить можно позже, а сейчас ему некогда. Вы...

30. Приятель мужа позвонил и попросил Вас передать кое-что мужу, как только тот вернется домой. У Вас было много дел, и Вы вспомнили об этом только поздно вечером. Муж был очень недоволен и резко сказал, что Ваша необязательность уже не в первый раз ставит его в неловкое положение. Вы...

31. Вечером Вы собираетесь вместе с мужем посмотреть телевизор, однако Ваши интересы пересекаются – Вам хочется смотреть передачи по разным программам. Каждый из Вас настаивает на своем. Вы...

32. Вы обсуждаете с друзьями планы совместного отдыха. Муж неожиданно начинает резко выступать против Вашего предложения. Вы...

#### **Методика Д. Делиса «Выявление эмоционального дисбаланса в эмоциональных отношениях пары», (1998)**

##### **Инструкция к тесту.**

Поставьте знак «+» рядом с теми вопросами, на которые Вы ответили положительно.

##### **Вопросы:**

1. Является ли один из партнеров более ревнивым, чем другой?
2. Ждет ли обычно один из партнеров, чтобы другой позвонил или вернулся домой?
3. Можно ли охарактеризовать одного из партнеров словом «хороший», а другого словом «плохой»?
4. Прилагает ли один из партнеров больше усилий для поддержания разговора и вообще общения?
5. Говорит ли один из партнеров «я люблю тебя» чаще, чем другой?
6. Является один из партнеров более привлекательным для противоположного пола, чем другой?
7. Имеет ли один из партнеров тенденцию чувствовать себя брошенным на вечеринках, в то время как другой чувствует себя скованным, напряженным (или временно «раскрепощенным»)?
8. Является карьера одного из партнеров более удачной, чем у другого?
9. Имеет ли один из партнеров тенденцию чувствовать беспокойство и неуверенность во взаимоотношениях, в то время как другой принимает их как должное?
10. Раздражается ли один из партнеров тем, как другой ведет себя на людях?
11. Если вы не состоите в браке, поднимает ли один из партнеров вопрос о взаимных обязательствах и браке чаще, чем другой?
12. Если вы состоите в браке, поднимает ли один из партнеров вопрос о рождении ребенка (или второго и т.д.) чаще, чем другой?
13. Во время ссор дает ли один из партнеров другому такие определения, как «занят самим собой», «эгоистичен» или «невнимателен», в то время как второй обвиняет его в «собственничестве», «придирках» и «требовательности»?

Обработка и интерпретация результатов теста

Если вы ответили «да» на несколько вопросов (3-4), то в ваших взаимоотношениях присутствует элемент дисбаланса. Чем больше положительных ответов, тем больше дисбаланс.

#### **Схема исследования семьи**

Состав семьи (вся семья в целом) \_\_\_\_\_

Повод обращения \_\_\_\_\_

Кто направил \_\_\_\_\_

Описание проблемы (со слов клиентов) \_\_\_\_\_

Идентифицированный пациент (член семьи, чье поведение или состояние стало поводом для обращения к психологу) \_\_\_\_\_

Структурные параметры семьи:

Характеристики подсистемы родителей \_\_\_\_\_

Характеристики детской подсистемы \_\_\_\_\_

Семья с точки зрения сплоченности (подчеркнуть) разобщённая, раздельная, связанная, запутанная \_\_\_\_\_

Семья с точки зрения гибкости (подчеркнуть) ригидная, структурированная, гибкая, хаотичная \_\_\_\_\_

Особенности иерархии \_\_\_\_\_

Внешние границы \_\_\_\_\_

Внутренние границы \_\_\_\_\_

Ролевая структура семьи \_\_\_\_\_

Стадия жизненного цикла и успешность её прохождения \_\_\_\_\_

Характер структурных проблем (подчеркнуть) межпоколенные коалиции, реверсия иерархии (возврат к исходным родительским формам)

Динамические параметры семьи:

Особенности коммуникации членов семьи \_\_\_\_\_

Способы, используемые идентифицированным пациентом для поддержания в семье желательных паттернов взаимодействия \_\_\_\_\_

Семейные правила \_\_\_\_\_

Семейные мифы \_\_\_\_\_

Стабилизаторы \_\_\_\_\_

История проблемы \_\_\_\_\_

Предыдущие попытки решения \_\_\_\_\_

Определение целей психокоррекции \_\_\_\_\_

Исторические параметры семьи \_\_\_\_\_

Уровень дифференциации семьи (адаптивность) слабый, умеренный, хороший \_\_\_\_\_

Основные треугольники (привлечение в диаду третьих лиц для решения проблемы) \_\_\_\_\_

Семейные стрессоры \_\_\_\_\_

Эмоциональная реактивность \_\_\_\_\_

Фокус в психокоррекционной работе \_\_\_\_\_

Прогноз \_\_\_\_\_

### **Информация для специалистов, реализующих Программу «Песочная терапия с детьми и семьями»**

Последние 30 лет семейная игровая терапия развивалась стремительно. Росло и признание креативных арт-терапевтических подходов, в связи с чем их интеграция в семейную психотерапию представляется вполне естественной. Поскольку игра с песочницей часто носит невербальный характер и не требует наличия художественных способностей, она является очень удобным инструментом для работы с семьями. Дети и взрослые чувствуют себя на равных. Соппротивление со стороны некоторых участников игры имеет большое диагностическое значение. Оно является свидетельством того, что у членов семьи есть гораздо более серьезные психологические проблемы, чем это может показаться на первый взгляд. Лица, отягощенные определенной психической патологией (в частности, расстройствами питания, вялотекущей шизофренией, перенесшие сексуальное насилие и т. д.), испытывают страх перед игрой с песочницей, что отражает их неспособность к переживанию состояния психического регресса. Все это следует учитывать при использовании техники игры с песочницей. Песочная терапия была разработана представительницей юнгианского анализа Дорой Кальфф. Первоначально она использовала этот метод, работая с детьми, затем постепенно перенесла его в работу со взрослыми. Имеется определенный опыт применения песочной психотерапии в работе с группами, парами и семьями. Для проведения песочной терапии требуются два ящика с песком и набор миниатюрных фигурок. Для игры не нужны никакие художественные способности или навыки. В некоторых случаях игра в песочнице имеет сугубо невербальный характер. Тем не менее психолог должен хорошо понимать закономерности и динамику творческого процесса и иметь серьезную теоретическую базу в области психологии символической экспрессии, арт-терапии, драмотерапии и иных психотерапевтических подходов. Песочная терапия основана на символической экспрессии. Для понимания ее закономерностей юнгианский анализ не является единственно возможным подходом, поскольку классический психоанализ также оперирует понятием символической экспрессии.

Основная цель песочной терапии – достижение клиентом эффекта самоисцеления посредством спонтанного творческого выражения содержаний личного и коллективного бессознательного. Включение этих содержаний в сознание, укрепление Эго и установление нового качественного взаимодействия Эго с глубинным источником психической жизни – целостным Я. В результате происходит значительное усиление способности человека к самодетерминации и саморазвитию.

Техника игры с песочницей может быть использована специалистами с различной теоретической ориентацией. Для психолога и клиента каждая из применяемых в песочной терапии фигур может быть связана с определенным лицом, представлением, переживанием или ситуацией. Значение фигур чрезвычайно многообразно. Техника игры с песочницей и семейная психокоррекция при их сочетании предоставляют различные возможности. Это связано со следующими моментами:

1. Ящик с песком, имея определенные размеры, выступает в качестве реального и символического пространства творческой экспрессии. Он обеспечивает «удерживание» переживаний членов семьи в тех случаях, когда они не чувствуют себя достаточно



защищенными психологически. Благодаря этому они имеют возможность не только выразить свои индивидуальные переживания, но и достичь их интеграции и вступить в невербальное взаимодействие с другими участниками игры.

2. В ходе игры с песочницей психолог может наблюдать за формированием внутрисемейных альянсов и видеть, кто из участников игры какие фигуры выбирает. Благодаря этому он может использовать определенные вмешательства для того, чтобы разрушить одни альянсы и усилить другие, а также прийти к более объективному представлению о семейных отношениях.

3. В процессе игры с песочницей хорошо проявляются неосознаваемые переживания членов семьи, которые затем могут стать предметом специального обсуждения и анализа. Кроме того, на основе такого анализа психолог может рекомендовать участникам игры использовать определенные фигуры.

4. Техника игры с песочницей отвечает потребностям ребенка и других членов семьи. Она — то средство, благодаря которому себя проявляет «внутренний ребенок», пребывающий в любом родителе.

5. В ходе игры с песочницей проявляется уникальность семейной системы, с характерными для нее духовными потребностями и коммуникативными паттернами. Применение техники игры с песочницей в работе с семьями требует от специалиста хорошего владения как песочной, так и семейной психотерапией. Существуют разнообразные приемы, способствующие раскрытию «внутреннего ребенка» и тем самым разрешению многих внутри- и межличностных противоречий. С точки зрения семейных системных представлений реконструктивная работа с детьми, так же, как и с «внутренним ребенком» обоих родителей, представляется вполне возможной. Однако для того, чтобы осуществлять ее наиболее оптимально, специалист должен сохранять баланс, с одной стороны избегая усиления родительского авторитета, а с другой — воздерживаясь от вступления с ребенком в «антиродительский альянс». Использование техники игры с песочницей в работе с семьями позволяет гармонизировать семейные отношения и скорректировать поведение отдельных членов семьи. Необходимость в активизации «внутреннего ребенка», находящегося в каждом человеке, очень велика, но ей не исчерпываются все задачи психокоррекции. Важно изменить установки членов семьи и оценку ими сложившейся ситуации — благодаря этому они смогут избавиться от дезадаптивных форм поведения, связанных с насилием и плохим отношением друг к другу, и обратиться к игре как к наиболее здоровой форме деятельности. Когда в психокоррекционном процессе складывается игровая атмосфера, становится возможным осознание участниками патологических паттернов поведения; в членах семьи раскрывается творческий потенциал, позволяющий успешно решать имеющиеся проблемы. Кроме того, оставаясь частью единого целого, они могут укрепить свою автономность.

#### **Необходимые дополнительные материалы**

Помимо емкости с песком, для занятий требуется коллекция миниатюрных фигурок высотой желательно не более 8 сантиметров, которую специалист постепенно пополняет.

В набор игрушек могут войти:

- человеческие персонажи;
- здания: дома, школы, церкви, замки;

- животные: домашние, дикие, доисторические, морские и пр.;
- машины: сухопутные, водные, космические, боевые;
- растения: деревья, кусты, цветы, овощи и пр.;
- постройки: мосты, ограды, ворота, загоны для скота и др.;
- естественные предметы: ракушки, ниточки, камни, кости, яйца и пр.;
- символические предметы: источники для загадывания желаний, ящики с сокровищами, драгоценности и др.; религиозные предметы и сувениры;
- сказочные герои: злые и добрые;
- живая зелень и пр.;
- домашняя утварь, флаконы из-под духов, гаечки, болтики и др.;
- пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры (круги, треугольники, прямоугольники, пирамиды и др.).

### **Воздействие песочной терапии**

В процессе песочной терапии могут корректироваться некоторые неадекватные установки. Один из основных механизмов позитивного воздействия песочной терапии основан на том, что ребенок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками.

Применение песочной терапии предполагает следующие **стадии игры с песком**:

1. *Хаос*. Эта стадия отражает смятение и хаос, доминирующие в жизни ребенка. Происходит постепенное отреагирование болезненного эмоционального состояния и освобождение от него. Многократное символическое повторение психотравмирующей ситуации позволяет изменить отношение к ней. Эта стадия может продолжаться от одного до нескольких занятий.

2. *Борьба*. В песочницу переносятся внутренние конфликты: агрессия, тревога, реальные конфликты и взаимоотношения и пр. По завершении этой стадии появляются первые знаки уравновешенности, например, герой, побеждающий «силы мрака».

3. *Гармония*. Жизнь возвращается в нормальное русло. Восстанавливается порядок и равновесие.

В процессе игры драматизация освобождает заблокированную энергию и активизирует возможности самоисцеления, заложенные в психике любого ребенка.

Таким образом, данный метод позволяет гармонизировать (упорядочить) внутренний душевный хаос, господствующий внутри ребенка, посредством следующих механизмов:

- 1) проработки психотравмирующих ситуаций на символическом уровне;
- 2) отреагирования негативного эмоционального опыта в процессе творческого самовыражения и игры;
- 3) расширения внутреннего опыта за счет соприкосновения с глубинными уровнями психики и укрепления сознательного Я;
- 4) изменения отношения к себе, к своему прошлому, настоящему и будущему, к значимым другим, в целом к своей судьбе;
- 5) укрепления (или пробуждения) доверия к миру, развития новых, более продуктивных отношений с миром.

### *«Волшебник и чудесная страна»*

Авторы: Грабенко Т., Зинкевич-Евстигнеева Т.

*Правила проведения проективных игр с детьми*

Ребенку предлагается взять плоскую корзинку или поднос, подойти к столу или стеллажу с коллекцией фигурок и выбрать те, к которым тянется рука, те, которые привлекают внимание. Инструкция не ограничивает ребенка выбором только того, что нравится. Он может выбирать и «злые» фигурки, проецируя на них существующее в данный момент внутреннее напряжение. Время выбора обычно не ограничивается. Каждый выбирает в своем темпе. Бессознательное уже «ощупывает» фигурки, ища в них персоналии внутренних процессов. Если ребенок берет все подряд и в неограниченном количестве — сейчас ему важно проработать имеющееся внутри напряжение. Взрослый в таинстве выбора не участвует. Он как будто растворяется, но обращает внимание на то, что и как выбирает ребенок. Далее ребенок приглашается к ящику с песком и ему дается сказочная инструкция: «Представь себе, что ты — Волшебник (Волшебница). Он долго путешествовал. Он искал место, где еще никто не жил, где не ступала нога человека. И, наконец, он пришел в пустыню. И задумал Волшебник превратить ее в сказочную страну и заселить ее разными существами... Преврати пустыню в такой мир, какой ты захочешь».

Безусловно, это не единственный вариант введения в песочную среду. В зависимости от наших целей и возраста (маленький ребенок, как правило, не нуждается в инструкциях, когда видит песок) инструкции будут звучать по-разному: «Создай то, что хочешь», «Создай наиболее яркий эпизод твоего сна», «Создай свою семью и расскажи о ней» и др. Можно дать дополнение к инструкции: «Если окажется, что какие-то фигурки лишние, их можно вернуть обратно, а если чего-то не хватит, можно подойти и взять то, чего недостает».

Маленькому ребенку имеет смысл показать возможности песочницы: раскопать дно, показать синий цвет — воду, выстроить гору и пр. Однако перед началом его самостоятельного процесса необходимо все разровнять. Как только ребенок начал строить песочную картину, нам важно занять такое место, где нас не видно, но нам видно все.

Некоторые дети начинают построение песочной картины с ландшафта: прокладывают реки, озера, моря, горы, долины и пр. После этого заселяют мир разными существами. У других создание ландшафта происходит параллельно с привнесением фигурок на песочный лист. Третьи сразу выставляют фигурки на ровную песочную плоскость.

Безусловно, это тоже важная информация для нас. Дети, создающие богатый разноплановый ландшафт, чаще всего оказываются натурами динамическими, глубоко и сильно чувствующими (правда, это может скрываться от взгляда поверхностного наблюдателя), имеющими склонность к рефлексии, исследователями по натуре и пр. «Во всем мне хочется дойти до самой сути. В работе, в поисках пути, в сердечной смуте», — пожалуй, эта строчка Б. Пастернака лучше всего опишет их внутренний ритм. Если мы видим отсутствие ландшафта или его условность (например, озеро или река выглядит как небольшое углубление в песке — до синего дна песочницы еще очень далеко, и автор картины указывает на эту ямку как на водоем), то скорее всего это проявление тенденции к внутренней стабилизации. По каким-либо причинам в данный момент ребенку не хочется углубляться в недра бессознательного. Он желает сохранить найденное

равновесие. Плоскую песочную картину часто можно встретить у совсем маленьких детей.

Последовательность появления и местоположение фигурок на песочном «листе» даст нам много интересной информации. Например, игрушка, поставленная в центр, часто символизирует «Я» ребенка, тенденцию к самоактуализации. Фигурка, которая появляется первой, является символом чего-то самого важного для ребенка на данный момент.

Иногда фигурки закапывают. Они символизируют ВЫТЭСНЯЕМОЕ В БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ, или то, что еще неосознанно. Могут закапывать камни (как потенциальные части личности), монстров (как вытесненное напряжение), ключи (как символы потенциальных путей, открытий и пр.) и многое другое. Об этих фигурках можно подробно расспросить ребенка: что это, почему закопано и пр.

Когда ребенок заканчивает создание сказочной страны, мы просим его рассказать о ней:

1. Что это за мир, сказочная страна?
2. Какие существа ее населяют, какой у них характер, что они умеют, откуда они пришли в эту страну (можно подробно расспросить о каждой фигурке)?
3. В каких взаимоотношениях они находятся между собой?
4. Всем ли существам хорошо в этом мире, в этой стране, если нет, то что можно было бы сделать, чтобы им стало лучше, что можно изменить?
5. Какие события будут происходить в этой стране, что будут делать герои дальше?

Последние два вопроса стимулируют ребенка вносить изменения в картину, фантазировать, проецируя свои желания на будущее песочной страны. И здесь важно не просто воображать, а реально делать, менять — ибо фигурки легко переставляются, вносятся новые, убирается то, что больше не нужно.

Некоторые дети ничего не желают менять в своей картине. Они говорят, что их все устраивает, им хочется оставить все как есть. Это может быть связано с переносом на песочный лист состояния внутренней стабильности. В этом случае ребенок желает «остановить мгновение», полностью прожить свое состояние. То есть данная картина не содержит неразрешенного внутреннего конфликта. Для него сейчас эта песочная «диспозиция» выражает состояние динамического равновесия.

Если ребенок говорит, что есть существо (или существа), испытывающее дискомфорт в песочной стране, мы спрашиваем: «А что можно сделать для того, чтобы ему стало лучше?» Здесь важно, чтобы ребенок не просто фантазировал, а реально разыгрывал свои фантазии на песке. После каждого изменения в картине мы можем спрашивать: «А что было дальше? А что будет, когда герой придет туда, куда он направляется?» и т.п. Игра продолжается до тех пор, пока уязвленный вначале герой не попадет в более благополучную ситуацию, или ребенок не скажет: «Теперь всем хорошо». Это сигнал того, что имевшееся на начало игры внутреннее напряжение проработано на бессознательно-символическом уровне.

Если ребенок говорит: «Этому герою очень плохо здесь, но ничего сделать нельзя», можно предложить ему помощь: «Мы же с тобой в сказке, а в сказочной стране невозможного не бывает. Давай подойдем к волшебному шкафу, где живут фигурки, и посмотрим — может быть, среди них есть те, кто нам поможет. Бывает, что помощники прячутся — их сразу не заметишь. Но сейчас мы будем с тобой очень внимательны».

Если и после этого ребенок удручен, не может найти себе помощника, — это означает, что проблема глубока и потенциальное бессознательное ее решение еще не созрело. В этом случае можно построить работу по защите страдающего существа. «Ну что ж, и в сказке, и в жизни бывают ситуации, когда кажется, что помочь никто не может. Давай подумаем, как наш герой может себя защитить». Таким образом, мы усиливаем психологическую устойчивость, включаем бессознательные защитные механизмы. Быть может, на 3—5-ю игру ребенок уже сможет найти помощников обиженному герою.

Один 5-летний мальчик, страдающий эпилепсией, все время строил в большей части песочного листа сказочную страну, окруженную горами, забором, рвом с водой. В этой стране жили существа, занимавшиеся созидательной деятельностью. В меньшей части песочного листа жил злой дракон. Обычно он спал. И в это время люди могли делать свои дела. Но когда он просыпался (а это было всегда непредсказуемо), он налетал на мирную страну и все разрушал. Не спасали ни горы, ни ограда. Когда дракон улетал, оставшиеся в живых люди восстанавливали свою страну. На вопрос: «Могут ли жители этой страны как-то защитить себя? Может, им нужно обратиться к Волшебнику?» — мальчик отрицательно качал головой. В течение 5 сеансов дракон методично все разрушал. Складывалось ощущение, что ребенку нравится рушить то, что он сам и создавал. Наконец, мальчик сказал, что, если люди хотят справиться с драконом, им нужно найти Волшебный Камень (в картине появился камень — он был закопан). Конечно, на этом сеансе люди камень не нашли, и дракон опять все разрушил. В следующий раз мальчик заявил, что к камню может подойти только один герой, и когда он коснется камня, он узнает заклинание, способное остановить дракона. «Не победить, а остановить», — подчеркнул ребенок. И вот герой нашел камень, дотронулся до него и услышал заклинание. Когда на страну вновь налетел дракон, мальчик, держа фигурку дракона в одной руке, а героя в другой, стал шептать заклинание (это был сложновоспроизводимый набор звуков). Было видно, как он переживает, как не просто остановить дракона. Оказалось, что просто прошептать заклинание недостаточно. Его нужно произносить твердо. Дракон улетел, не успев серьезно повредить страну. После этого мальчик выглядел очень уставшим. На следующий день пришла мама мальчика и сказала, что с ребенком происходит «что-то странное». Дома он стал «кукиться», что обычно предвещало начало припадка, при этом шепча какие-то непонятные слова. Маму, конечно, это очень напугало. Но оказалось, что вслед за этим припадком не последовало. Ребенок свернулся калачиком и заснул! Он пришел к тому, чтобы произвольно гасить приступ эпилепсии.

Этот эпизод показывает динамику бессознательной работы над заболеванием. Конечно, дорогой читатель, Вам сразу стало ясно, что образ дракона — это болезнь, приступ. Долгое время он безнаказанно разрушал позитивную сферу жизни. Важно, что ребенок сам пришел к заклинанию и его форме. Это лишний раз подтверждает тот факт, что мы очень мало знаем о бессознательном и его возможностях и, конечно же, иллюстрирует эффективность игры в песок.

Другой пятилетний мальчик имел серьезные проблемы общения со сверстниками и взрослыми, а также общее недоразвитие речи. Входя в комнату, где были дети, он прятался в шкаф или под стол, стараясь скрыться от контактов. На песке он построил «Страну Зла»: в центре картины лежала большая ящерица, ее окружали пауки, змеи, скорпионы и другие существа, имеющие щупальца. Ящерица была хозяйкой страны, и не

было силы и желания ее победить. На вопрос: «Хотел бы ты жить в этой стране?» — мальчик ответил: «Ха! Да я в ней живу!» Когда ему было предложено сотрудничество с Добрым Волшебником, он указал на героя, который был не таким злым как все, с которым можно было договориться. Этим существом оказалась Крыса. Потихоньку, с помощью Крысы и помогающего ей Доброго Волшебника (его фигурка находилась за пределами песочного листа и принадлежала взрослому) мальчик договаривался с другими героями. Кого-то из них убивал (закапывая в песок или совсем убирая из ящика), а кого-то перетягивал на свою сторону. Так продолжалось из занятия в занятие. Причем, когда следующая игра начиналась, он восстанавливал картину (правда, с меньшим количеством злых героев) и говорил: «Будем бороться со злом!» На шестую игру он сказал: «Все, строить нечего, рассказывать не о чем, Страны Зла больше нет. Это — Добрая Страна!» Ящерица так и не ушла из песочницы, но мальчик с ней договорился. Через некоторое время родители ребенка отметили, что он очень изменился. Если раньше из него было не вытянуть ни слова, то теперь, приходя домой, он делится своими впечатлениями, рассказывает о друзьях — они появились у него впервые в жизни. Самое главное, что мама сказала: «Такое впечатление, что мы теперь друг друга понимаем».

Совсем не обязательно заниматься интерпретацией песочных картин. Достаточно уже того, что Вы выступаете организатором среды, где ребенок чувствует себя привычно и защищенно, где у него есть собственное пространство, где он — Творец. Этим Вы позволяете ребенку самостоятельно поработать над своей проблемой, поговорить с самим собой. Если Вы работаете с неговорящими детьми или взрослыми, язык песочной картины поможет Вам глубже понять внутренние процессы этих людей.

По окончании игры ребенок САМ разбирает песочную картину. Таким образом, закрепляется приобретенный на символически-бессознательном уровне опыт.

### *Моделирование игр-сказок на песке*

Этапы игры	Средства	Стиль поведения взрослого
1. Введение в игровую среду	Установка на внимательное слушание и активное участие — присказки, потешки, обещание необыкновенных приключений и испытаний	Доверительный стиль общения, внимательное отношение к каждому ребенку, диалог с каждым, сниженный тон голоса, суггестивный характер высказываний
2. Знакомство с игрой и ее героями	Прослушивание начала сказки, истории и строительство в песочнице игрового пространства (сказочной страны, замков, дворцов, морей, рек, лесов — того, что требуется по сюжету игры), заселение его различными персонажами (сказочными героями, животными, буквами и пр.)	Позиция отстраненного рассказчика, доброжелательного и мягкого помощника, исследователя, создаваемого пространства
3. Моделирование конфликта, трудностей.	Детям зачитывается продолжение истории, в котором происходит нечто, что разрушает созданный на песке мир (появляются силы зла,	Создание ситуации, в которой ребенок действует самостоятельно, может переносить и отыгрывать в

	разрушения: драконы, чудовища, ураган и пр.)	игре с песком негативные эмоции, при этом взрослый может выступать разрушителем, используя фигурки и куклы
4. Выбор пути	Обращение к ребенку за помощью: — что будет с жителями страны? что же делать? как быть? сможешь ли ты помочь? — только ты (вы), с таким добрым сердцем, сможешь помочь жителям этой страны. Можно облачаться в сказочные одежды и знакомиться с помощниками	Взрослый — заинтересованное лицо, изучающее ситуацию, ищет выход наравне с ребенком. Взрослый убеждает, подбадривает, вселяет веру в себя, указывает на потенциальные возможности ребенка. Применимы суггестивные интонации
5. Борьба и победа	Дети отыгрывают ситуацию борьбы со злом. Здесь они — мудрецы и рыцари, феи и волшебники. Каждый выступает под маской наиболее близкого ему персонажа. Далее происходит восстановление, реконструкция, преобразование песочной страны. Именно сейчас дети выступают Творцами — восстанавливают мир в соответствии со своими желаниями и приобретенными знаниями и навыками. Строят так, чтобы в новой стране всем было удобно. Усиливается успешный опыт — детям благодарны все сказочные существа	Он поддерживает, подбадривает, высказывает свою заинтересованность, выражает уверенность в том, что у ребенка все получится. Потом высказывает искреннее восхищение ребенком, благодарность за выдумку, доброту
6. Утверждение победы	Спонтанное продолжение игры, в которой происходит празднование победы	Взрослый спрашивает об эмоциональном состоянии детей, мыслях и чувствах, которые возникали в процессе игры, понравилось ли им, что они будут делать, если вдруг опять попадут в похожую ситуацию и пр.
7. Перспектива дальнейших приключений	Рассказ о последующих играх, приключениях	Взрослый заинтриговывает ребенка

### **История и механизм воздействия метафорических карт**

Первая колода метафорических ассоциативных карт была создана канадским профессором искусствоведения Элли Раманом в 1975 году. Таким образом он стремился сократить расстояние между зрителем и искусством, с которым можно было познакомиться только в галереях или музеях.

Свою колоду он назвал «Oh» (английское междомение, выражающее удивление). Такое название как нельзя лучше отражает эмоциональную реакцию тех, кто с ней работает. В сотрудничестве с психотерапевтом Джо Шлихтером были разработаны правила и принципы использования карт как психологического инструмента.

В 1983 году Эли Раман знакомится с Моритцом Эгитмейером, который был психотерапевтом по образованию и увидел в картах большой терапевтический потенциал. По мнению М. Эгитмейера, карты являются приятным в использовании инструментом, открытой системой, которая может быть использована разными людьми с разными целями. Они могут быть полезны не только психотерапевтам, но и преподавателям живописи, литературы, тренерам и всем тем, кто принадлежит к многочисленным помогающим и обучающим профессиям. Позже М. Эгитмейер открывает издательство «Oh-Verlag», которое по сей день специализируется на издании метафорических карт. В Германии карты «Ох» впервые были выпущены в 1985 году.

Через некоторое время к разработке метафорических карт присоединилась всемирно известный эксперт по работе со стрессами Офра Аялон. Она дала картам очень высокую оценку: «В нашем воображении есть все цвета, чтобы разукрасить свой мир. Мы маги! Но мы не разрешаем себе верить в то, что волшебство живет внутри нас. Волшебство существует в любой момент времени. В детстве мы это помним, потом забываем, а потом... вспоминаем снова. Карты – это ключи, для открытия двери внутри нас».

В данный момент метафорические карты получили очень широкое распространение, как в нашей стране, так и в странах ближнего и дальнего зарубежья. Помимо 19 классических колод издательства «Oh-Verlag», в настоящее время выпущено около 150 российских колод, 100 украинских и 30 израильских. Проводятся ежегодные международные конференции и семинары по повышению квалификации терапевтов и психологов. Инструмент метафорических карт все больше набирает свою популярность и признание среди специалистов помогающих профессий всего мира.

### **Игры на основе МАК (Метафорических Ассоциативных Карт)**

Игры на основе МАК принципиально отличаются от игр на основе других карт (к примеру, игральных).

Игры на основе МАК:

1. не носят соревновательного характера;
2. построены по принципу выиграл/выиграл;
3. раскрывают творческие способности;
4. Выстраиваются на базе сотрудничества ради достижения общей цели;
5. способствуют единению, самораскрытию, принятию себя и других людей.

Игры с ассоциативными картами способствуют тому, что игроки объединяются не только социально и психологически, но и порой чувствуют духовное единство. Эти игры изначально лишены противостояния и ориентации на победу либо поражение. Часто это игры без четко обозначенных правил. В процессе таких игр на смену обучению «по стандарту» приходит раскрытие творческого потенциала и развитие нестандартного мышления. И самое важное, что в играх с МАК выигрывают все участники.

МАК – удивительный инструмент самопознания. Он раскрывает возможность проработать такое ценное качество характера, как честность по отношению к самому себе, потому что очень быстро и легко вытягивает на поверхность то, что мы так старательно сами от себя скрываем и то, что не дает нам двигаться вперед и развиваться. В своей книге «Клубника за окном» Вальтрауд Киршке пишет: «Эти карты представляют собой нечто новое, захватывающее. Это – средство прорыва в собственную фантазию и креативность, инструмент для самопознания; это катализатор, способный создать атмосферу закрепощенности, когда пользователь начинает свободно говорить о самом себе».



### **Метафора, ее значение и терапевтический эффект**

Метафора – это употребление слов и выражений в переносном смысле на основе некой аналогии, сходства, сравнения. Слово «метафора» происходит от двух греческих слов «мета» - «между, после, через» и «фора» - «движение, перенесение». В переводе оно означает «перенос», «переносное значение».

Метафора основана на подобии или сходстве. Однако, в отличие от сравнения, которое состоит из того, что сравнивается, и того, с чем сравнивается, метафора содержит только второе. Это придает речи компактность и образность.

Метафора – один из наиболее распространенных тропов (оборотов, используемых в переносном значении с целью усилить образность языка, художественную выразительность речи), так как сходство между предметами или явлениями может быть основано на самых различных чертах.

Метафоры в речи настолько частое явление еще и по той причине, что предоставляет неограниченные возможности:

- 1) позволяют точно и кратко передать свое состояние или рассказать о тех или иных событиях;
- 2) делают речь более яркой, образной, понятной для собеседника;
- 3) придают речи живость и эмоциональность, позволяя обнажить предметы и явления окружающего мира и собственные переживания.
- 4) помогают по-новому посмотреть на себя и на свое место в мире;
- 5) развивают образное мышление и раскрывают творческий потенциал.

Для психологов и терапевтов потенциально значимыми в работе с клиентами являются все перечисленные возможности метафоры.

### **Терапевтическая метафора**

Метафора представляет собой один из самых древних инструментов психотерапии. Ее использовали целители, знахари, шаманы, сказители, проповедники разных народов в разные времена. Мировое творческое наследие отличается невероятным богатством и разнообразием. При этом для народных произведений характерно структурное сходство. Герой сталкивается с проблемой, которую либо благополучно разрешает, либо терпит поражение. Равно как и способ недостижения – уроком о том, чего не стоит предпринимать. И через века мы получаем такие уроки из эпических произведений, мифов, народных сказок, песен, притч, басен, шуток и анекдотов.

Метафора позволяет более точно и образно охарактеризовать предмет, процесс или явление, а также активно задействует правое полушарие головного мозга, открывая новые грани в процессе познания. Эта функция отлично проиллюстрирована в следующем отрывке:

*- Гуи Дзы вечно говорит загадками, - как-то пожаловался один из придворных принцу Ляну. – Повелитель, если ты запретишь ему употреблять иносказания, поверь, он ни одной мысли не сможет толково сформулировать.*

*Принц согласился с просителем.*

*На следующий день он встретил Гуи Дзы.*

*- Отныне оставь, пожалуйста, свои иносказания и высказывайся прямо, - сказал принц.*

*- Представьте человека, который не знает, что такое катапульта. Он спрашивает, на что она похожа, а вы отвечаете, что похожа на катапульту. Как вы думаете, он вас поймет? – услышал он в ответ.*

*- Конечно, нет, - ответил принц.*

- А если вы скажете, что она похожа на лук и сделана из бамбука, ему будет понятнее?

- Да, понятнее, - согласился принц.

- Чтобы было понятнее, мы сравниваем то, что человек не знает, с тем, что он знает, - пояснил Гуи Дзы.

Принц признал его правоту.

«Сад историй» (Ксиань и Янг, 1981)

Когда какая-то история рассказывается с целью преподать определенный урок (проинструктировать, научить, дать совет), то она становится для слушателя метафорой. В книге «Гуру: метафоры психотерапевта» Шелдон Копп пишет: «В общем смысле метафору можно определить, как способ сообщения, в котором одни вещи выражаются через термины, принадлежащие к другой области вещей, что вместе проливает новый свет на характер того, что описывалось ранее». В своем труде Копп показывает, что метафора является многоуровневым источником «нового света, бросаемого на старые тени».

Метафора занимает значимые позиции в разных психотерапевтических направлениях. Можно говорить о том, что каждая психотерапевтическая система в своей основе имеет некий метафорический словарь, который кратко и емко позволяет выразить саму концепцию направления. Так, Зигмунд Фрейд в своем психоанализе использовал сексуальную символику как инструмент для трактовки бессознательных ассоциаций, сновидений и фантазий. Карл Юнг пользовался метафорами «анима» и «анимус». В концепции транзактного анализа Ерик Берн оперировал понятиями «игра», «взрослый», «родитель» и «ребенок». Фриц Перлз в гештальтпсихологии пользовался метафорами «собака сверху» и «собака снизу». Что же касается Милтона Эриксона, то терапевтическая метафора вообще была одним из основных методов его работы.

Терапевтическая метафора – это метафора, которая призвана решать психологические проблемы.

Область применения метафор безгранична. Это и повседневное общение, и психотерапия, и конфликтология, и воспитание, и обучение. Правильно построенная и переданная слушателю (клиенту) терапевтическая метафора оказывает на него глубокое и стойкое воздействие, так как затрагивает глубинные уровни психики, минуя сознательные ограничения и препятствия.

Терапевтическая метафора позволяет: привлечь внимание клиента или целой группы; сформировать яркие ассоциации; ненавязчиво дать совет; показать ситуацию в другом свете; объяснить ложное понятие; изменить настроение; повлиять на поведение слушателя; развить творческое мышление.

*Основная задача*, которую призвана выполнять терапевтическая метафора, - инициировать сознательный и подсознательный поиск внешних и внутренних ресурсов, а также способов поведения, ведущих к выходу из проблемной ситуации.

### **Работа-воздействие метафорических карт**

В изображениях или выражениях, представленных на карте, заключены те же терапевтические метафоры, активизирующие правое полушарие, дающие новое видение ситуации и подсказывающие пути выхода из нее. Однако, работая именно с МАК, психолог может:

- минимизировать воздействие терапевта настолько, что иногда после предъявления инструкции к тому или иному упражнению, оно проявляется лишь в его физическом присутствии;

- предложить клиенту карты, представляющие яркие наглядные образы.

Участник группового процесса или клиент индивидуального терапевтического сеанса получает самый верный ответ, рожденный собственным подсознанием.

Метафорические ассоциативные карты, это научно обоснованный и доказавший свою состоятельность инструмент психодиагностики, психокоррекции и саморазвития. В основу этого инструмента положено представление о метафоре, поэтому метафорические карты имеют мало общего, как с игральными картами, так и с картами Таро (разве что за исключением визуального сходства).

Метафорические ассоциативные карты – это универсальный психологический инструмент, базирующийся на метафоре, апеллирующий к подсознанию человека и применяемый для диагностики, коррекции, развития, раскрытия творческих способностей и коучинга.

Метафорические карты иногда обозначают как проективные карты, метафорические изображения, ассоциативные карточки и терапевтические карты. Все эти обозначения часто используются специалистами для того, чтобы не вызывать недоверия к инструменту со стороны коллег и работников смежных профессий. Недоверие может возникать по той причине, что само слово «карты» часто связывается с чем-то азартным, аморальным или ненаучным (как гадальные карты).

Исследователи потенциала метафорических карт так и рекомендуют их называть. Например, Н. Верникова, как специалист, являющийся активным приверженцем использования МАК и опытным обучающим практиком, видит историческому обозначению данного инструмента несколько причин:

1) название инструмента метафорических ассоциативных карт (МАК), присвоено ему его основателем Моритцом Эгитмейером.

2) оно используется в Германии, Израиле и странах ближнего зарубежья;

3) специалисты ищут его в Интернете, вводя в поисковую систему общепринятое название.

МАК представляют собой набор картинок размером от игровой карты до открытки, упакованных в коробку. К картам, как правило, прилагается инструкция с описанием структуры колоды, ее предназначения и упражнениями.

С метафорическими картами можно работать двумя способами:

1) в открытую – глядя на изображения;

2) в закрытую – не глядя на изображения, доставая карты наугад;

Для начала рекомендуется работа в открытую. Карты раскладываются картинками вверх. Клиент имеет возможность видеть, что выбирает. Это снимает напряжение и способствует установлению доверия как в процессе индивидуального консультирования, так и в группе. Затем можно переходить к вытягиванию карт в закрытую. Карты кладутся рубашками вверх, или клиент держит колоду в руках. Клиент не видит, какую карту вытягивает. Такая работа, как правило, является более интересной и глубинной, так как еще больше активизирует подсознание человека.

### **Преимущества использования МАК в работе психолога**

1. Метафорические карты отлично подходят для отработки терапевтического или проблемного случая терапевтом или психологом любой школы, будь то НЛП, психоанализ, гештальт-терапия, арт-терапия, семейные расстановки и так далее.

2. С равным успехом метафорические карты могут использоваться как в индивидуальной работе, так и в групповой практике.

3. С помощью проективных карт можно работать с самыми разнообразными запросами, такими как Я-концепция, семейные проблемы и проблемы любых отношений, травмы, определение жизненного предназначения, постановка цели и планирование, нахождение дополнительного ресурса для самореализации, раскрытие творческого потенциала и так далее.

4. При помощи МАК можно работать с разными национальными, религиозными, профессиональными, интеллектуальными и возрастными категориями клиентов. Как правило, метафорические изображения хорошо воспринимаются и детьми, и подростками, и взрослыми людьми. Они способны превратить в приятную игру даже сложную и болезненную работу по решению глубинных проблем.

5. Проективные карты – один из самых высоко экологических психологических инструментов. Карты являются своеобразным посредником между клиентом и психологом, что существенно снижает, а порой и полностью растворяет защиты первого. А безопасность, как известно, значительно облегчает контакт клиента с терапевтом (особенно на первой встрече). Часто терапевтические карты воспринимаются клиентом как игра, что соответственно позволяет ему раскрепоститься и естественным образом войти в процесс консультирования или групповой терапии.

6. Метафорические карты являются ключом к подсознанию человека, поскольку, прежде всего, задействуют и активизируют правое полушарие головного мозга.

7. В процессе работы с МАК психолог и его клиент пользуются общим метафорическим языком, что значительно облегчает взаимопонимание. Метафора помогает самовыражению клиента и повышению чувства его самооценности.

8. Метафорические карты позволяют минимизировать влияние психолога на клиента, что, безусловно, повышает качество психологических услуг и укрепляет доверие к психологу.

9. Поскольку клиент сам выбирает и сам интерпретирует карты (а консультант выполняет лишь вспомогательную роль), то он чувствует себя независимым от терапии. Сам процесс работы с МАК для клиента содержит в себе посыл «Я справлюсь сам», «Я уже нашел решение», «Все в моих руках». Этот аспект очень важен для нашей работы, ведь детям, оставшимся без попечения родных родителей, бывает очень трудно найти опору в себе самом. Часто чувство опоры и доверительных отношений у таких детей очень страдает. С одной стороны, дети не уверены, что могут доверять другим, с другой стороны не могут доверять и себе, ведь что-то в их жизни пошло неправильно, что-то пошло не так. Работа с МАК восстанавливает утраченное чувство самооценности, доверия к себе и миру и возвращает ощущение контроля над собственной жизнью, того, которое можно и нужно в определенной степени испытывать любому ребенку.

10. Благодаря тому, что МАК – наглядно-образный инструмент, работа на их основе создает целостность, позволяет увидеть разворот событий во времени, производит впечатление завершенности. Как следствие, работа с картами вызывает положительные эмоции, ведет к преодолению апатии и безынициативности.

11. Расклады на основе МАК часто становятся для клиента символической жизненной программой, которая начинает разворачиваться в реальной жизни. Так, выйдя из кабинета психолога, он начинает шаг за шагом «выстраивать свой расклад».

12. При кажущейся «наивности и несерьезности» работы с МАК, они всегда являются зеркалом самого клиента и предоставляют терапевту уникальный материал для исследования клиентской истории.

13. Интересно то, что в групповой работе инсайты участников могут происходить не только на основе вытянутых ими «своих» карт, но и на примере карт других участников группы.

14. Карты позволяют задействовать ресурсы интуиции, развивать воображение и стимулировать эмоциональный интеллект (востребованность которого в современном мире становится все более очевидной).

15. МАК легки в освоении. На начальных этапах работы достаточно воспользоваться инструкциями, которые прилагаются к каждой колоде. Далее, осознав степень собственной заинтересованности в освоении данного инструмента более профессионально, можно пройти специализированное обучение.

16. Метафорические карты представляют собой инструмент работы психолога с самим собой. Это дополнительный ресурс и возможность устроить нечто вроде само-супервизии.

17. Работа с картами активизирует творческий потенциал самого психолога, позволяя ему создавать новые упражнения и даже колоды карт.

### **Психодиагностика и психокоррекция при помощи проективных карт**

В качестве стимульного материала для диагностики могут использоваться специально отобранные карты из соответствующей тематике исследования колоды. Клиента просят сочинить на основе предлагаемых карт историю или сказку. Ему предлагаются следующие опорные вопросы:

- 1) Кто изображен на этой картинке?
- 2) Что здесь сейчас происходит?
- 3) О чем думают действующие лица?
- 4) Что чувствует каждый из них?
- 5) Что они хотят?
- 6) На что они надеются?
- 7) Что послужило причиной возникновения этой ситуации?
- 8) Что происходило до этого?
- 9) Как события будут разворачиваться дальше?
- 10) Чем все закончится?

Создавая историю или сказку, клиент будет вкладывать в нее «часть себя».

Существует так называемый феномен идентификации: рассказчик подсознательно идентифицирует себя со своим героем. Он рассказывает о своих проблемах, внешних и внутренних конфликтах, отношении к себе, другим, ситуации, эмоциях, переживаниях, ценностях, мотивах и желаниях, сам того не подозревая. Интересно, что в таком рассказе могут содержаться события, не имевшие места в жизни нашего клиента, а происходившие с кем-то из его родных и друзей. Однако, это ни в коей мере не означает, что для него данные темы и проблемы не актуальны.

Но не стоит забывать о том, что наряду с индивидуальными ценностями и убеждениями и установками в рассказе могут обнаруживаться ценности и убеждения, привнесенные извне. В его повествовании могут отражаться актуальные в данный момент проблемы, а могут транслироваться конфликты или установки устойчивого характера.

Большой диагностической ценностью, как правило, обладают истории мало связанные с предложенными картами, чем напрямую связанные с ними. Если некая тема в историях или сказках повторяется с определенной регулярностью, то на нее следует обратить особое внимание, так как она, вероятнее всего, содержит действительно значимый для психолога диагностический материал.

Важно отметить, что идея использования МАК для психодиагностики базируется на тестах Роршаха, Сонди и ТАТ. Соответственно, работая с проективными картами, можно опираться на разработанные для вышеперечисленных тестов правила и принципы.

Для диагностических целей рекомендуют использовать немецкие колоды карт: «Saga», («Сага»), 1001 («1001 ночь») и «Mythos» («Мифы»).

### **Индивидуальная консультация на основе МАК**

Консультация на основе МАК проводится в семь этапов:

#### **1. Знакомство**

Первый этап предполагает использование метафорических карт в открытую, так как это более безопасно для клиента. Для того, чтобы клиент почувствовал себя комфортно, консультанту следует представиться первым. Психологу целесообразно использовать для самопрезентации одну-две метафорических карты (по принципу «это точно я» и «это точно не я»), что послужит ненавязчивой инструкцией о том, как это следует сделать клиенту.

#### **2. Замер состояния**

Рекомендуется как в начале консультации, так и в конце просить клиента определить свое состояние на момент «здесь и сейчас». Это позволит и консультанту, и клиенту констатировать изменение состояния в результате проведенной работы.

#### **3. Определение проблемы**

На этом этапе следует попросить клиента определить проблему. Исходя из этого, психолог выбирает колоду ассоциативных карт, которыми он будет пользоваться. С семейными проблемами следует работать с помощью колод «ТанДу», «Персона», «Персонита» или «Дуэт». С любыми запросами работает колода «Ох».

Очень эффективным в работе бывает комбинирование колод. Например, карту проблемы достаем из колоды травматической направленности (например, «Коуп»), карты преодоления проблемы достаем из колоды коучинговой направленности, а ресурсную колоду используем в конце консультации, чтобы задать клиенту нужный настрой к позитивным переменам в жизни.

#### **4. Выявление желаемого результата**

Клиент видит карты и выбирает ту из них, которая отражает, по его мнению, наилучший исход ситуации. Получается исходная и конечная точка процесса, выраженная двумя картами, которые следует расположить на расстоянии друг от друга.

#### **5. «Построение моста» от проблемы до желаемого результата**

На этом этапе с картами можно работать и в открытую и в закрытую. К этому моменту клиент, скорее всего, уже освоился и доверяет психологу, поэтому лучше начинать работу в закрытую.

Клиенту предлагается достать три карты и положить их между «картой-проблемой» и «картой-желаемым результатом».

Далее поочередно переворачивая каждую из карт, клиенту предлагается интерпретировать ее как один из способов выхода из проблемной ситуации.

#### 6. Открытие дополнительного ресурса

После психолог предлагает клиенту в открытую или в закрытую вытащить еще несколько карт, которые покажут дополнительные ресурсы для решения его проблемы. Колода должна быть максимально позитивной и ресурсной, находкой в этом смысле является колода «Она» К. Крюгер. Лидером среди ресурсных колод так же считается колода «Ресурсы и Силы» С. Филиной. Либо это должна быть подборка сильных и положительных карт, например, из колоды «Сага», «Мастер сказок».

#### 7. Замер состояния

В конце консультирования психолог просит клиента в открытую вытянуть карту, определяющую его состояние на момент «здесь и сейчас», а затем сопоставить ее с картой, выбранной вначале встречи.

Желательно, чтобы клиент записывал выводы, сделанные им на пятом и шестом этапах консультирования. Карточные расклады рекомендуется фотографировать. Фотография представляет собой «живую инструкцию» к действиям, которую консультируемый заберет с собой.

Не обязательно работать только лишь выстраивая мост на каждой консультации, иначе клиент быстро устанет от однообразия. Мост из трех шагов к разрешению сложной ситуации это лишь пример. Работа на основе МАК строится очень по-разному, и каждый раз консультант приносит в процесс что-то свое, а зачастую сам клиент просит консультанта пойти по определенному пути работы, когда уже сам научается понимать, чего он хочет и каким именно путем желает достичь цели.

### **Правила работы с МАК**

1. Ответы на все вопросы и решение проблем имеются в опыте каждого человека. Поэтому одно из основных правил работы с метафорическими картами гласит: восприятие карты психологом не имеет ничего общего с тем, что видит клиент. Категорически непрофессионально в работе с МАК подталкивать клиента к своему видению, выбранных им карт. У каждого человека своя индивидуальная реакция на карту. Это хорошо видно, когда группа людей дает толкование одной карты по очереди.

Хозяином карты является клиент, и только он выдает ассоциации на выпавший или вытянутый образ.

2. В работе с МАК клиент сам выбирает, о чем ему говорить, а о чем нет. Соответственно трактуется то, что он готов трактовать. В подобных случаях психологу следует набраться терпения, не форсировать события и помнить, что всему свое время.

3. Проективные карты можно трактовать прямо, а можно по принципу антонимии, то есть идти от обратного. Изображение денег может настроить на осознание хорошего материального положения, а может дать повод подумать о зарплатке и напомнить, что, в сущности, неплохо бы позаботиться о своем благополучии.

4. В начале клиенту более целесообразно предлагать работу с открытыми картами, а когда он почувствует себя комфортно, можно переходить к работе в закрытую. Иногда можно спросить самого клиента как бы он хотел поработать. Некоторые клиенты предпочитают работать в закрытую, на протяжении всей встречи.

5. Если карта содержит надпись или сочетается с вытянутым словом, то сначала принято работать с картинкой, осознать свои чувства и мысли, относительно нее и затем уже подключать слово. Клиент старается понять, что именно для него означает эта надпись или слово, а затем сочетает картинку со словом. Картинка активирует правое

творческое полушарие, а слово – левое логическое. Когда происходит сшивка обоих полушарий, клиенту приходят мощные инсайты и открытия, относительно себя, других и выбранной на проработку ситуации.

6. В работе с картами очень важна спонтанная реакция. Однако некоторым людям требуется на понимание послания от карты определенное время, которое психолог должен обязательно предоставить.

7. Если психолог видит, что с определенным клиентом карты не работают (такие случаи бывают крайне редко), нужно попробовать сменить колоду или задание.

### **Сложности в работе с МАК и их профилактика**

Иногда в работе с МАК встречаются некоторые непредвиденные ситуации. Психологу достаточно знать, что нужно предпринять в таких ситуациях.

1. Случайное попадание в травму. Это происходит, когда клиент случайным образом вытягивает карту, напоминающую об имевшей место в его жизни травмирующей ситуации, не относящейся к запросу. В этом случае можно выслушать клиента и мягко вернуть его в нужное русло, предложив сделать другой выбор.

2. Проблема по кругу. По типу заезженной пластинки клиент постоянно возвращается к рассказу об одном и том же, заикливается, не желает продвигаться дальше. Если имеет место такая ситуация, то предлагается сменить колоду карт или упражнение.

3. Проваливание в мысли. Клиент может уходить глубоко в себя, в раздумья. В этом случае рекомендуется включить мелкую моторику клиента. Дать ему в руки ручку или метафорические шарики (например, пару цветных попрыгунчиков).

### **Вопросы для работы с ассоциативными картами**

В работе с МАК выделяют общие и конкретные вопросы.

Общие вопросы для ассоциативных карт – это вопросы, актуальные для каждой карты из любой колоды.

Общие вопросы:

- 1) Что Вы видите на карте?
- 2) Какие чувства у Вас вызывает это изображение?
- 3) При каких обстоятельствах вы можете испытать это чувство в своей жизни?
- 4) Какой элемент на этом изображении привлекает Ваше внимание больше всего?
- 5) Если бы это изображение было картиной на стене какого-то человека, то что бы Вы могли о нем рассказать?
- 6) Если бы эта карта была отдельным фрагментом большого пазла-картины, что бы было на ней изображено?
- 7) Если бы эта карта была картиной, какое бы название Вы ей дали?
- 8) Если бы Вы могли управлять временем, то что бы происходило на картине за пять минут до того, что Вы видите на изображении сейчас?
- 9) Как будут разворачиваться события на этой картинке? (8 и 9 вопросы дают возможность развернуть историю во времени).
- 10) Если бы на этой картинке появился человек (другие люди), то что бы он (они) делали?

Конкретные вопросы – это вопросы, которые разрабатываются для каждой отдельно взятой карты.

Если изображен человек:

- 1) Что это за человек?
- 2) В какой стране он живет?
- 3) В каких он живет условиях?
- 4) Какое у него настроение?



- 5) Какой у него темперамент, характер?
- 6) Как Вам кажется, чего бы он сейчас хотел больше всего?
- 7) К чему он стремится? О чем мечтает?
- 8) Есть ли у него супруга (супруг), дети?
- 9) Хотели бы Вы подружиться с этим человеком и узнать о нем больше?
- 10) Как Вы считаете, чему можно научиться у этого человека?

Если изображен пейзаж:

- Нравится ли Вам этот пейзаж?
- Хотели бы Вы там оказаться?
- С кем бы Вы хотели там оказаться?
- Что Вас привлекает в этом пейзаже? Что отталкивает?
- Что бы Вы там делали?
- Как долго Вы находились бы в этом месте и почему?
- Приходилось ли Вам бывать в похожем месте в реальной жизни?

Вопросы можно по-разному комбинировать и создавать свои, в зависимости от запроса клиента и той темы, к которой важно подвести клиента.

### **Дополнительные упражнения для работы с темой сложных эмоций несовершеннолетних**

#### **Упражнение 1 «Выявление актуального состояния клиента»**

**Автор:** Е.Тарарина

**Цель:** Выявление актуального психоэмоционального состояния ребенка.

**Задачи:**

- Установление контакта ребенка с психологом.
- Диагностика эмоционального состояния, выявление внутренних проблем личности.
- Развитие мелкой моторики, креативных речевых процессов.
- Релаксация, расслабление, снятие симптомов тревоги и агрессии.

**Инвентарь:** Песочница с песком мелкие фигурки из разнообразных сфер жизни, высотой не более 8 см.

**Время работы:** 20-40 минут.

**Возрастные рамки применения:** от 5 лет и старше (возможно применять с 3 лет с легким упрощением инструкции).

**Алгоритм работы:**

Клиенту предлагается выбрать игрушки, которые ему нравятся, и поставить их возле песочницы.

Инструкция к действию:

1. Создайте остров и его ландшафт (горы, реки, леса и т.д.)
2. Заселите остров существами. Разместите их там, где, по-вашему, им будет хорошо и уютно.
3. Ответьте на вопросы:
  - 1) Что Вы создали? Представьте своих героев.
  - 2) Как герои взаимодействуют между собой? Есть ли у них иерархия, кто из них главней и кто чуть менее важен, если есть такие различия?
  - 3) Кого из героев Вы ассоциируете с собой? Какой герой похож на тебя?
  - 4) Как этот герой себя чувствует?

- 5) Как другие относятся к нему?
- 6) Какую главную задачу решает этот герой?
- 7) Кто из других героев может помочь Вам в достижении цели?
- 8) Как ситуация на песочной картине связана с Вашей жизнью?
- 9) Какой вывод Вы можете сделать? Подсказка будет на карте. Из колоды Мастер Сказок клиент достает случайным образом одну карту и рассказывает, что он понял, исходя из изображения и песочной истории.

**Особые дополнения:** Использование данной техники позволяет терапевту выяснить истинные причины эмоциональных состояний клиента, понять его самочувствие и отношение к разным людям, ситуациям.

### ***Упражнение 2 «Техника игрушечного театра» модификация методики***

**Авторство Е.Тарариной**

**Цель:** Выявление и трансформация актуального психоэмоционального состояния ребенка.

#### **Задачи:**

- Установление контакта ребенка с психологом.
- Диагностика эмоционального состояния, выявление внутренних проблем личности и их постепенное решение.
- Развитие мелкой моторики, креативных речевых процессов.
- Релаксация, расслабление, снятие симптомов тревоги и агрессии.

**Инвентарь:** Песочница с песком мелкие фигурки из разнообразных сфер жизни, высотой не более 8 см.

**Время работы:** 20-40 минут.

**Возрастные рамки применения:** от 5 лет и старше (возможно применять с 3 лет с легким упрощением инструкции).

#### **Алгоритм работы:**

1. Клиенту предлагается выбрать игрушки, которые ему нравятся, и поставить их возле песочницы. Затем нужно решить, кто будет главным героем и взять игрушку в руку.
2. Презентация героя. Как зовут игрушку и немного о ней.
3. Тема на выбор. Выберите одну из тем: «Я и мои таланты», «Моя семья и я», «Я и страшные страхи».

4. Вы попали в неизведанную незнакомую страну. Она может быть волшебной, и теперь на ней происходит то событие, которое Вы выберете. Например, это может быть поход всей семьей в лес или в горы, или встреча с неизвестными народами и племенами. А может быть это путешествие на конкурс неожиданных талантов, а может быть это встреча и беседа со страшилой, который всех пугает, но желает ли он на самом деле зла кому-то? Каковы Ваши действия в выбранной ситуации?

5. Разыграйте небольшой спектакль на выбранную тему. Выберите персонажей и разыграйте сценку. Здесь вы полностью свободны, пусть все будет идти от вашего желания и воображения. Пусть сказка сама рождается на песке. Если ребенку трудно продолжить сказку, психолог помогает наводящими вопросами.

Затем клиенту задаются вопросы:

- 1) Расскажите о своем впечатлении от данной сказки?
- 2) Как Вы чувствовали себя в роли главного героя?
- 3) Почему вели себя именно таким образом?

- 4) Похоже ли Ваше поведение в сказке на поведение в реальной жизни?
- 5) Как сказка соотносится с Вашей жизнью? Чем она похожа и не похожа на реальность?
- 6) Какие выводы Вы можете сделать? Подумайте над этими выводами еще, когда побудете в тишине после окончания нашей встречи.

### ***Упражнение 3 «Коллаж из карт»***

**Цель:** формирование доверия к себе и миру, снятие тревожности, формирование перспективы позитивного будущего

#### **Инструкция:**

1. Клиенту предлагается в открытую выбрать самые позитивные и приятные карты из колоды «Она» и отложить их в сторону.
2. Затем нужно выбрать минимум 3-5 карт привычных и по ощущениям «нормальных», связанных с обычной жизнью, с тем, что есть сейчас у клиента.
3. Теперь наступает время творчества. Приятные и повседневные карты нужно выложить в коллаж светлого и радостного будущего. Нужно сложить из всех карт одну большую картинку.
4. Клиента просят рассказать о своем коллаже.
5. Клиент или психолог фотографируют коллаж. Затем сделанную фотографию, распечатанную в большом формате, клиент может повесить на стену как мотивирующую к счастью картинку.

### ***Упражнение 4 «Рисунок в круге»***

**Цель:** проработка травмирующих чувств, снятие тревожных симптомов и нивелирование агрессивных чувств, закрепление ресурса.

#### **Инструкция:**

1. Подумай о той ситуации, которая тебя гнетет изнутри или пугает и нарисуй на песочнице ее образ. Затем выплесни свои чувства. Здесь можешь использовать творческий подход, главное, чтобы песок не вылетал из песочницы. Ты можешь поддеть ладонями свой рисунок и перевернув его вмять внутрь песочной массы, ты можешь ребром ладони нарисовать на нем елочки или перечеркивающие символы, ты можешь помесить свою проблему кулаками. Выплесни все свои чувства и постарайся максимально войти в состояние расставания и освобождения от неприятных чувств. Главное просто позволять себе любые чувства, даже злость и гнев и слезы, если захочется плакать. Когда устанешь или совсем успокоишься, мы перейдем к следующему шагу работы.
2. Подумай, какая сила природы, животного или любая другая могла бы помочь тебе решить твою ситуацию. Какая это сила? Разровняй, пожалуйста, песок и начерти на нем окружность одним движением указательного пальца. В этой окружности нарисуй надавливанием пальчиков свою помогающую силу или образ силы своего животного-тотема. Представь, что сила животного сохраняется в той части тела, где ты ее чувствуешь лучше всего. Эта сила навсегда остается с тобой.
3. Сфотографируй образ своей помогающей силы и поблагодарю ее за поддержку. Когда у тебя есть эта сила, как ты теперь будешь действовать? Какое простое действие ты для себя сделаешь, чтобы поддержать в себе эту силу?
4. Теперь с благодарностью и теплом разровняй песочек и наложи на него свои ладони, прощаясь с нарисованным образом и помня, что он навсегда теперь есть внутри тебя и на твоей фотографии.

**Цикл индивидуальных коррекционных занятий, направленных на стабилизацию психоэмоционального состояния и повышение стрессоустойчивости**

**членов семей «группы риска»**

**«Лоскутное одеяло» (для несовершеннолетних)**

**«Цвет домашнего уюта» (для взрослых членов семьи)**

**Актуальность**

Для социализации и личностного становления современного человека огромное значение имеет включенность и адаптивность его к социальной среде. Успешность включения человека в общество во многом зависит от степени надежности базовой привязанности ребенка к родителям.

На теории привязанности базируются современные исследования, посвященные социальной поддержке как важного фактора психического и физического здоровья ребенка. В них показано, что те, кто создает вокруг себя стабильную сеть отношений, являющуюся источником помощи в решении конкретных задач, и эмоциональной поддержки, реже страдают как физическими, так и психическими недугами. Было выявлено, что способность создавать вокруг себя такую сеть связана с характером отношений привязанности в детстве. Взрослые, имевшие в детстве надежную эмоциональную привязанность к взрослым, более способны к созданию устойчивых отношений, их социальные сети шире и дают им больше тепла и поддержки, причем эти отношения взаимны.

Отношения в семье можно сравнить с лоскутным одеялом, где каждый член семьи добавляет свой уникальный узор, цвет, яркость и придает неповторимость общему ансамблю. Семейные отношения дают поддержку, ощущение тепла, безопасности, укрытия и защиты.

Однако, в семьях, испытывающих внезапные и сложно-переносимые трудности, так называемых семьях «группы риска», отношения и эмоциональные связи нередко нарушаются по причине отсутствия у взрослых соответствующих эмоциональных и иных ресурсов. В период кризиса они не способны оказать детям необходимую поддержку. При этом несовершеннолетние зачастую не имеют обширного опыта решения эмоциональных проблем, кроме того, они естественным образом не способны помочь старшим в преодолении возникшего кризиса, в связи с чем могут испытывать страдания и ощущать дополнительный груз чувства вины. Атмосфера в таких семьях становится тяжелой, унылой и безрадостной. В подобной среде, лишенной красок радости и уюта, никто из членов семьи не способен полноценно восстановить психические силы. Целостность общей канвы семейных отношений понемногу начинает видоизменяться, а затем следует эмоциональное отдаление членов семьи друг от друга, что может привести к серьезным разрывам контактов.

Опасность семейных кризисов заключается в том, что эмоциональная дистанция между членами семьи может увеличиваться по мере продления стрессогенной ситуации и отсутствия оптимального выхода из положения. Ситуация усугубляется еще и тем, что все члены семьи, как правило, испытывают избыточное психоэмоциональное напряжение, которое может вылиться в актах непреднамеренного жестокого обращения и различных видах семейного насилия. Потребность в

освобождении от эмоционального напряжения со временем будет нарастать, но за неимением очевидной эффективной точки приложения усилий, ведущей к развязке кризисной ситуации, она может удовлетворяться по негативному компенсаторному типу, за счет неконтролируемых приступов вербальной или физической агрессии.

Возникновение прецедентов жестокости и насилия в семье даже в неявных формах серьезно затрагивает и нарушает базовое ощущение доверия к миру. За проживанием необоснованной агрессии в свой адрес члены семьи в дальнейшем испытывают постоянную фоновую тревогу, особенно этому подвержены дети. Нарушение базовых потребностей в заботе, защите, уважении, надежной эмоциональной связи с близкими людьми ведет к состоянию эмоциональной депривации.

В понятийном аппарате социальной педиатрии появился новый термин — синдром сиротства. Этот синдром проявляется в том, что у детей в ответ на обусловленную утратой родительского внимания и заботы ситуацию депривации, развиваются многообразные депрессивные реакции, нарушения развития навыков общения и речи. Варианты синдрома сирот иногда наблюдаются и у детей, проживающих в семьях. Это происходит, когда из-за девиантного или аддиктивного поведения родителей, проявляющегося в эмоциональной холодности, авторитарности и жестокости по отношению к несовершеннолетнему, положение имеющего семью ребенка оказывается сходным с положением сироты, т.е. возникает ситуация маскированного сиротства.

Е.Т. Соколова рассматривает пограничную личностную структуру как сложившуюся в патогенных семейных условиях устойчивую конфигурацию интрапсихической организации Я и отношений со значимым Другим. В качестве феноменов психологического насилия в семье Е.Т. Соколова выделяет эмоциональную депривацию, симбиоз, унижение и угрозу, т.е. все, что разрушает отношения привязанности или насильственно их фиксирует. Автор считает, что факты подобного насилия оказывают влияние на формирование личностных расстройств, «всякий раз, когда ребенок жертвует своими насущными потребностями, чувствами, мировоззрением, наконец, в угоду ожиданиям или воспитательным принципам родителя, будет иметь место психологическое насилие».

М.Д. Айнсворт указывает, что даже короткий депривационный опыт, проходящий без видимых последствий, оставляет хотя бы одно скрытое последствие, а именно — повышенную уязвимость в случаях повторного возникновения условий депривации.

Тем не менее, существует возможность оказания своевременной психологической поддержки семье, когда помощь в стабилизации психоэмоционального состояния, повышение уровня стрессоустойчивости и развитие навыков эмоциональной самокоррекции членов семьи происходит на ранних стадиях кризиса. Особенно важно оказать подобную помощь и поддержку несовершеннолетним, чтобы восстановить эмоциональное равновесие, а также развить способность сохранения личностной целостности и эмоциональной стабильности в сложных ситуациях. Комфортное самоощущение членов семьи, свобода от тревоги и эмоциональный покой позволяет заново воссоздать обновленную положительную картину собственного «Я», вернуть домашней атмосфере яркие радостные краски, соединить и укрепить полотно семейных взаимоотношений и исключить любую возможность насилия.

Таким образом, актуальность нашей программы обусловлена необходимостью оказания эмоциональной и психологической поддержки членам семей «группы риска» уже на ранних стадиях возникновения семейных кризисов, дабы осуществить профилактику насилия в семье и предотвратить возможность его негативных последствий.

**Целевая группа:** члены семей «группы риска»

**Цель:** стабилизация психоэмоционального состояния членов семьи в период проживания кризиса.

**Задачи:**

1. Понизить уровень тревожности и стресса у взрослых и несовершеннолетних членов семьи.
2. Повысить уровень стрессоустойчивости у взрослых и несовершеннолетних членов семьи.
3. Развитие навыков эмоциональной самокоррекции.
4. Повышение уровня самооценки у взрослых и несовершеннолетних членов семьи «группы риска».

В реализации программы используются следующие подходы:

**Феноменологический (гуманистический) подход** - сосредоточен на субъективном опыте. Здесь изучается феноменология индивида — то, как человек лично переживает события. Основной целью психологической работы является удовлетворение естественного стремления человека к самоактуализации и реализации личностного потенциала. Особое значение имеет индивидуальная система ценностей и индивидуальный жизненный опыт клиента.

**Психодинамический подход** – психологическая коррекционная работа осуществляется за счет обращения к подсознательным процессам человека. Психика личности отзывается на субъективно значимые для нее стимулы и исцеляет себя за счет самостоятельных, глубоко сокрытых в подсознании ресурсов. В ходе коррекционной работы активно включаются процессы индивидуального и коллективного бессознательного. Особую важность обретает индивидуальная система символов психики клиента.

Описанный вариант коррекционных занятий предполагает одно занятие с каждым членом семьи раз в неделю, каждое занятие рассчитано на 40-50 минут. Программа может легко адаптироваться под разный возраст детей и проблематику семьи.

Темы коррекционных занятий:

*Цикл индивидуальных занятий для несовершеннолетних «Лоскутное одеяло»*

- 1 занятие «Счастливые ладошки».
- 2 занятие «Я доверяю себе и другим».
- 3 занятие «Мои чувства».
- 4 занятие «Моя сила».
- 5 занятие «Лоскутное одеяло».
- 6 занятие «Картина семьи».

*Цикл индивидуальных занятий для взрослых «Цвет домашнего уюта»*

- 1 занятие «Домашний уют».
- 2 занятие «Дом супружеской любви».
- 3 занятие «Не страдать - решить!».
- 4 занятие «Мир в доме».
- 5 занятие «Мои сильные стороны».

6 занятие «Картина семьи».

**Цикл индивидуальных арт-терапевтических занятий  
«Лоскутное одеяло» для несовершеннолетних**

Тема	Цель	Задачи
1 занятие «Счастливые ладошки»	повышение самооценки, снятие психоэмоционального напряжения установление доверительного контакта	- снятие напряжения и тревожных симптомов; -повышение уверенности в себе; - обретение ресурса.
2 занятие «Я доверяю себе и другим»	укрепление доверительных отношений со специалистом, снятие психоэмоционального напряжения несовершеннолетнего	- формирование доверия к себе; -включение творческого потенциала личности. - снижение тревожных проявлений и состояний и снятие стресса.
3 занятие «Мои чувства».	снятие психоэмоционального напряжения, изучение актуального эмоционального состояния несовершеннолетнего, формирование копинг-стратегий	- диагностика эмоционального состояния; - выявление внутренних проблем личности и закладывание подсознательных программ их решения; - развитие способности восстанавливать логическую последовательность событий; - стабилизация эмоционального настроения, снятие симптомов тревоги.
4 занятие «Моя сила»	осознание собственного потенциала для преодоления жизненных ситуаций, профилактика негативных чувств	- формирование понимания развития и накопления эмоций; - диагностика эмоционального состояния: - стабилизация эмоционального настроения; - обретение ресурса.
5 занятие «Лоскутное одеяло»	восстановление эмоциональной и личностной целостности	- исследование межличностных отношений; - поиск собственных энергетических ресурсов и сил; -релаксация, расслабление, снятие симптомов тревоги и агрессии.
6 занятие «Картина семьи»	осознание единства семьи, профилактика конфликтов внутри семьи, стабилизация эмоционального состояния	- формирование доверия к себе; - снятие тревожных симптомов и нивелирование возможной защитной агрессии; - знакомство с миром чувств, позволение себе и другим членам семьи испытывать

		ЭМОЦИИ. - осознание единства с семьей и общего семейного ресурса
--	--	--

### **1 Занятие «Счастливые ладошки»**

Цель: повышение самооценки, снятие психоэмоционального напряжения установление доверительного контакта.

#### ***Упражнение 1 «Волшебные ладошки»***

Автор: И. Дронь

Цель: снятие напряжения, повышение уверенности в себе.

Инвентарь: песочница с песком (при неимении специализированного инвентаря используется любая вместительная емкость с высокими бортами, манка либо кинетический песок), игрушки от киндеров, карандаш, камешки, бусинки.

Время работы: 15-20 минут.

Алгоритм работы:

Знакомство с песочком

«Пройдитесь» по поверхности песка поочередно каждым пальцем сначала одной, потом другой руки, затем указательными, большими, средними, безымянными, мизинцами обеих рук одновременно. «Поскользьте» ладонями по поверхности песка, зигзагообразные и круговые движения (как машинка, санки, змейки и т.д.). «Поиграйте» на поверхности песка, как на клавиатуре пианино, сравните с ощущениями от тех же движений по твердой поверхности. Порисуйте на песке палочками. Пофантазируйте. Поищите сходство песочных узоров с объектами окружающего мира. Возьмите одного героя и расскажите, какой он. В конце разровняйте песочек и сделайте на поверхности отпечатки ладошек. Возьмите карандаш и обведите их, а затем выложите красивыми камешками, (бусинками и т.д.). Затем посмотрите на свои ладошки. Обратите внимание, что на наших ладошках, в отличие от тех, которые остались на песке, есть разные линии. Слегка обведите карандашом свои линии на ладошке, а затем перенесите их на «песочную» ладошку. Можно дать ей имя. Обязательно попрощайтесь с песочком и поблагодарите его.

Особые дополнения: Такая работа помогает лучше познакомиться с ребенком, установить с ним более доверительные отношения, дает ощущение собственной уникальности и развивает речевую креативность.

#### ***Упражнение 2 «Исцеляющий ресурс»***

Автор: Н. Верникова

Цель: выявление источника напряжения и обретение ресурса, снятие тревожных симптомов.

Позволяет по-иному посмотреть на сложившуюся ситуацию и увидеть пути выхода из нее.

Инструкция:

1. Выберите в открытую три карты, которые ассоциируются с источником напряжения.
2. Объясните свой выбор.
3. Теперь выберите те три карты, которые могли бы обозначать то, что может помочь успокоиться, снять стресс и тревогу.



4. Снова объясните свой выбор.
5. Сфотографируйте три карты, которые Вы выбрали во второй раз.
6. Что конкретно Вы будете делать, исходя из того, что Вы только что рассказали.
7. Сделайте структурированную запись своих выводов.

### ***Упражнение 3 «Птица Феникс»***

Автор: Н. Верникова

Цель: снятие напряжения и тревожных симптомов, обретение ресурса.

Инструкция:

1. Выберите в открытую ту карту, которая отражает Ваше нынешнее эмоциональное состояние.
2. Опишите ее.
3. Теперь выберите те три карты, которые помогли бы Вам восстановиться.
4. Сфотографируйте их.
5. Как Вы думаете, почему Вам попали именно эти карты?
6. Что конкретно Вы будете делать, для самовосстановления?
7. Сделайте структурированную запись своих выводов.

## **2 Занятие «Я доверяю себе и другим»**

Цель: укрепление доверительных отношений со специалистом, снятие психоэмоционального напряжения несовершеннолетнего.

### ***Упражнение 1 Модификация техники «Знакомство с песком»***

Автор: Е. Тарарина

Цель: знакомство с возможностями песка, снятие тревожности, включение творческого потенциала личности, снижение тревожных проявлений и состояний и снятие стресса.

Инвентарь: Песочница с песком (при неимении специализированного инвентаря используется любая вместительная емкость с высокими бортами, манка либо кинетический песок).

Время работы: с детьми можно играть до 20 минут.

Возрастные рамки применения: от 3 лет и старше.

Алгоритм работы:

В ящике с песком необходимо совершить следующие манипуляции:

1. Положи руки на песок и покопайся в нем. Почувствуй, какие прикосновения тебе нравятся больше всего.
2. Слепи высокую горку. Лепи так высоко, насколько можешь.
3. Нарисуй на песке капли дождика.
4. Вылепи из песка толстый блинчик, примерно в пальчик толщиной.
5. С помощью отпечатка ладони и пальчиков нарисуй на песке какое-нибудь животное.
6. Нарисуй пальчиками солнышко.
7. Пальчиками обеих рук нарисуй одновременно два одинаковых круга.
8. Нарисуй так же пальчиками на обеих ручках два одинаковых глаза. Укрась их безымянными пальчиками (показать эти пальцы на руке у ребенка) так, чтобы глазки были красивые.

9. Нарисуй мамины (папины) глаза, а прорисуй их красоту указательными пальчиками.

10. Нарисуй два одинаковых цветочка.

11. Нарисуй два разных цветочка и прорисуй их большими пальцами.

12. Нарисуй двух человечков. Прорисуй их любыми пальчиками на выбор.

Особые дополнения: Знакомство с песком является обязательным элементом работы с ним. Оно помогает клиенту установить контакт с материалом, снять механизмы психологических защит, погрузиться в безопасное состояние контроля своих действий. Когда ребенок уже хорошо знаком с песком, при последующих работах с ним необходимо позволить маленькому клиенту настроиться на работу, дав ему несколько любых инструкций из выше приведенного перечня.

### ***Упражнение 2 «Кисточковый массаж»***

Автор Е. Тарарина

Цель: повышение самооценки ребенка путем принятия своего тела.

Задачи:

- Расслабление.
- Снятие мышечного напряжения.
- Восполнение недостатка в телесном контакте.
- Снижение степени самоконтроля и закрытости.

Инвентарь: кисть косметическая (пудренная) или большая кисть для рисования, обязательно мягкая.

Время работы: 6-10 минут.

Возрастные рамки применения: с раннего возраста.

Алгоритм работы:

Первый раз проводим сами и обучаем родителей этой методике.

Вступление.

Руку ребенка кладем на стол или берем в свою руку и располагаем ее тыльной стороной вниз. Предлагаем ребенку принять удобное положение и закрыть глаза (по желанию ребенка). Так же можно включить расслабляющую музыку.

Основная часть.

Выполняем кисточкой по три поглаживания вдоль каждого пальца ребенка от ногтя к кисти руки. Выполняем поглаживания по всей кисти руки. Проводим кисточкой по контуру кисти руки ребенка, как бы обрисовывая ее. Быстро опускаем кисточку на кожу пальцев ребенка, продвигаясь от ногтя по кисти до запястья. Выполняем широкие мазки в пределах всей кисти руки (здесь прикосновения могут быть быстрыми, непоследовательными, слегка неожиданными). Выполняем поглаживания от середины кисти руки к кончикам пальцев и приговариваем: «Этот пальчик молодец, и этот пальчик молодец, и...». Переворачиваем руку ладонью вверх и повторяем весь массаж. Выполняем массаж на второй руке.

Особые дополнения: Массаж кисточками, благодаря своей бережности и деликатности, пробуждает в ребенке приятные ощущения, дает глубокое расслабление и восстанавливает физическое и духовное равновесие. Кисточковый массаж эффективен в работе с гиперактивными детьми, например, до и после интеллектуальной нагрузки, помогает собрать внимание и снять мышечные зажимы. Снижает высокую степень

контроля у замкнутых и зажатых детей. Способствует развитию доверительных отношений между участниками массажа. Возможно применение в семейной терапии.

### ***Упражнение 3 «Работа с пятью картами»***

Автор: Е.Тарарина

Цель: формирование доверия к себе, снятие тревожных симптомов.

Инструкция:

Клиенту предлагается, не глядя на изображения, достать 5 карт из колоды «Мастер сказок» (или другой колоды с разнообразными персонажами) и составить небольшой рассказ на основе карт. На каждую карту дается свой вопрос:

1. Что представляет собой страна и народ, в котором живет главный герой?
2. Кто главный герой? Какие у него задачи, цели, мечты? Чем он живет?
3. Какие преграды ожидают героя на пути к цели (мечте)?
4. Кто или что поможет герою достичь цели? А что ему помогало раньше?
5. Какова развязка и итог данной ситуации? Какие выводы делает главный герой?

### **3 Занятие «Мои чувства»**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, изучение актуального эмоционального состояния несовершеннолетнего.

#### ***Упражнение 1 «Рассказывание историй по серии картинок»***

Цель: Выявление и трансформация актуального психоэмоционального состояния ребенка.

Инвентарь: Метафорические сказочные карты «Мастер сказок».

Время работы: 20-30 минут.

Возрастные рамки применения: от 5 лет и старше (возможно применять с 3 лет с легким упрощением инструкции).

Алгоритм работы:

Есть несколько вариантов выбора карт для клиента (ребенка).

1. Психолог может самостоятельно выбрать карты с сюжетной линией и предложить их ребенку, чтобы он составил по ним историю, разложив карты в ряд одна за другой. Карты ребенок раскладывает в том порядке, в котором ему больше нравится.

2. Ребенок сам может достать фиксированное количество карт из колоды, выбрав 5-6 понравившихся карт. Начинать рассказывать истории можно с 3 карт, постепенно со временем увеличивая их количество.

3. Ребенок достает карты случайным образом из колоды, не глядя на изображения и раскладывает их в произвольном порядке, так как он видит развитие этой истории.

Затем психолог задает вопросы:

- 1) Понравилась ли тебе эта сказка?
- 2) Какое место в ней было самое интересное и важное для тебя?
- 3) Что самое главное понял и чему научился главный герой?
- 4) Если кто-то окажется в похожей ситуации, прямо как в нашей сказке и спросит тебя что можно сделать, какой ты дашь совет?
- 5) А как ты сам будешь вести себя в похожих ситуациях?

#### ***Упражнение 2 «Пальчиковые походы» Модификация техники***

Автор: Е. Тарарина

Цель: развитие произвольности психических процессов, снижение тревожности.

Задачи:

- Развитие внимания и мышления.
- Развитие тактильной чувствительности.
- Повышение продуктивности мыслительных функций, стимуляция развития речевого центра головного мозга.
- Снижение тревожных проявлений и состояний.

Инвентарь: Песочница, бусинка или маленькая игрушка и повязка для глаз (или закрыть глазки ребенка ладошкой, либо договориться не подглядывать).

Время работы: индивидуально для каждого ребенка.

Возрастные рамки применения: от 3 до 8 лет.

Алгоритм работы:

Заполняем песочницу песком, завязываем ребенку глаза и кладем большую бусинку на поверхность песка. Ребенок должен найти бусинку, передвигаясь указательным и средним пальцами руки, как будто это человечек гуляет по песочку. Шаги нужно делать маленькие и нельзя перепрыгивать с края на край. Повторять игру можно несколько раз, пока ребенок явно увлечен занятием. Так же бусинку можно закапывать на небольшую глубину и в этом случае пальчики при «ходьбе» можно вставлять в песок поглубже. Так же упражнение можно провести на листочке бумаги.

#### **4 Занятие «Моя сила»**

Цель: осознание собственного потенциала для преодоления жизненных ситуаций, профилактика негативных чувств.

##### ***Упражнение 1 «Линейка чувств»***

Цель: Знакомство с эмоциями и их степенью выраженности.

Инвентарь: Карточки из колоды с эмоциональными персонажами.

Время работы: 20-30 минут.

Возрастные рамки применения: от 5 лет и старше (возможно применять с 3 лет с легким упрощением инструкции).

Алгоритм работы:

Еще до встречи с ребенком психологу нужно выбрать или запомнить для себя карты, которые создают линейку развития эмоций. Например, тревога, страх, ужас и т.д. То есть нужно отобрать карты, отображающие развитие эмоций от самых слабых форм проявления к самым сильным.

Затем психолог выкладывает карты для работы особым образом, в зависимости от возраста ребенка.

1) 3-7 лет – ребенку выдается несколько маленьких стопок по 4 карты в каждой. В каждой стопке перемешаны карты, относящиеся к одной из эмоций (радость, печаль, страх и т.д.). Ребенку нужно выложить из карт линейку развития эмоций от самой слабой силы к самой мощной. Психолог максимально помогает ребенку, объясняет каждую эмоцию и чем она отличается от других, соседних в ряду.

2) 8-12 – ребенок выбирает карты эмоций самостоятельно по картинкам и по названиям и с помощью психолога раскладывает эти карты по стопкам эмоций. В этом случае карты для линейки эмоций заранее отобраны психологом.

3) 12-14 и старше – клиент самостоятельно выбирает карты эмоций из полной колоды Семейки Гномс и раскладывает их самостоятельно, так как считает нужным.

Психолог помогает наводящими вопросами уже после того, как клиент разложил линейки эмоций.

Клиенту задаются вопросы:

- 1) С какой эмоцией тебе было проще всего работать?
- 2) На какую карту твое состояние похоже сейчас?
- 3) А каким твое состояние было до нашей работы?
- 4) А кто из персонажей на этих картах больше всего нравится и больше похож на тебя в жизни?
- 5) На кого бы ты хотел быть похожим и какие эмоции хотел бы испытывать?

### **Упражнение 2 «Выброс негативных чувств»**

Цель: снятие напряжения, а также агрессивных и тревожных симптомов, обретение ресурса.

Инструкция:

1. В открытую выбери из колоды «Мастер сказок» или «Сага» самые «злые» картинки, пусть они отразят все самое трудное, что когда-то пришлось пережить. Пусть карт будет столько, сколько тебе хочется. Может быть это будет боль, горечь, обида, злоба, гнев. Выбери самые неприятные картинки, с которыми связаны твои самые неприятные чувства. Расскажи об этих картах столько, сколько сможешь. Расскажи о тех, с кем связаны эти карты.

2. В открытую выбери из колоды самые позитивные карты. Пусть их количество будет равно количеству неприятных карт. Пусть с хорошими картами будут связаны твои самые радостные и светлые чувства. Это могут быть счастье, радость, интерес, любовь, восторг, открытие нового. Положи эти карты в ряд под неприятные и посмотри на них. Как ты чувствуешь, какие из хороших карт могут вылечить и успокоить плохие чувства на неприятных картах? Переложи карты так, чтобы каждая хорошая оказалась под своей неприятной картой. Затем положи хорошие карты на плохие, картинка к картинке, чтобы у тебя получился ряд карт, которые общаются друг с другом. Представь, что хорошие картинки излучают светлую силу и помогают плохим картам измениться. Неприятные карты становятся светлей, легче и радостней, чувства, связанные с ними, тоже потихоньку меняются в хорошую сторону.

Когда по твоим ощущениям, карты уже достаточно пообщаются, открой их и посмотри на неприятные карты. Что ты чувствуешь сейчас, глядя на них.

3. Достань еще столько же карт, сколько в первом и во втором случае. Это будут пояснения на каждую ситуацию твоей жизни и каждое неприятное чувство, вызванное ими. Пояснение означает пользу, которую ты можешь взять из каждой ситуации, это те знания и понимания и опыт, который навсегда останется с тобой и этот опыт важен и позитивен. Это понимание всегда поддержит тебя на жизненном пути. Сильные испытания достаются только очень сильным людям, это значит, что ты всегда с этим можешь справиться как сейчас, так и впредь.

## **5 Занятие «Лоскутное одеяло»**

Цель: восстановление эмоциональной и личностной целостности.

### **Упражнение 11 «Стратегии поведения – техника работы в манке»**

Автор: Е.Тарарина

Цель: развитие уверенности, творческого воображения, формирование доверия к миру, окружающим, себе, повышение самооценки, снятие симптомов тревожности.

Инвентарь: Песочница с манкой (примерно пакет крупы), мелкие предметы, запись звуков природы.

Время работы: 30-50 минут.

Возрастные рамки применения: от 5 лет и старше.

Алгоритм работы:

I этап - Знакомство с материалами.

Терапевт предлагает клиенту рассмотреть предметы, лежащие перед ним.

- Что Вы видите? Что это? Как Вы думаете, что можно сделать с этими предметами?

Участнику предлагается поиграть с крупой:

- Какая крупа (холодная, теплая, мягкая, как песок, и т.д.)?

- Что Вы чувствуете, каковы Ваши ощущения (приятно, спокойно, тревожно, дискомфорт...)?

Внимание клиента обращается на происходящие в миске с манкой изменения. Клиенту предлагается потрогать ее руками, пересыпать из одной руки в другую, при этом называя свои положительные качества, сильные стороны, достоинства:

- Какой Вы?

- Что Вы чувствуете сейчас?

Спрятав мелкие предметы в манку, терапевт предлагает клиенту отыскать их. Во время поиска спрашивает, приятно ли ему сейчас опускать руки в крупу, изменилась ли она?

II этап – Рисование по манке (манкой).

Терапевт показывает пример рисования – вначале одной рукой, потом двумя. Тема не задается – участник сам определяет, что будет рисовать.

Предлагаются варианты способов рисования: либо сыпать манку из руки на лист, либо рисовать пальцем по манке прямо в емкости.

Вопросы для обсуждения:

1. Что у вас получилось?
2. Что вы чувствовали, когда рисовали?
3. Что чувствуете, глядя на свою работу?
4. Что дала (открыла, показала) ваша работа?
5. Хотите ли вы что-то изменить или добавить?
6. На что похож ваш рисунок?
7. О чем он вам рассказывает?
8. Хочется ли вам сделать что-то еще?

Клиент может создать несколько образов на одном листе одновременно, либо создавать один образ за другим. Целесообразно спросить его, взаимодействуют ли созданные им образы между собой, что они символизируют?

Далее клиенту предлагается подвести итоги, ответив на следующие вопросы:

- Что вы сегодня творили?

- С какими чувствами вы уходите?

Особые дополнения: Работа с манкой вызывает у клиентов устойчивый интерес к данному виду деятельности и самому процессу. Появляется желание творить и созидать. В

процессе работы, создаваемые образы сами приходят к участнику, оказываясь наиболее ресурсными для него, вызывая чувства радости и спокойствия.

### **6 Занятие «Картина семьи»**

Цель: осознание единства семьи, профилактика конфликтов внутри семьи, стабилизация эмоционального состояния.

#### ***Упражнение 1 «Карточная картина семьи»***

Цель: формирование доверия к себе, снятие тревожных симптомов и нивелирование защитной агрессии.

Инвентарь: ресурсная и портретная колода метафорических карт.

Инструкция:

1. Выбери из колоды портреты для членов всей твоей семьи.
2. Расскажи немного о каждом из них.
3. А теперь давай подумаем, какие у каждой из этих карт могут быть сложности?
4. А кто из персонажей других карт мог бы помочь решить эти трудности другой карте?
5. Разыграй небольшую сценку о том, как карты разговаривают друг с другом о своих сложностях и какие решения предлагают друг другу.
6. Достань из колоды с ресурсами по случайному принципу одну карту. Эта карта будет помощником для всей семьи, словно Ангел-Хранитель эта сила будет помогать в решении всех трудностей всем твоим самым близким людям. Какое решение Ангел подсказывает каждой из карт?
7. Какие выводы ты сейчас для себя делаешь?

#### ***Упражнение 2 «Эмоциональные портреты»***

Цель: формирование доверия к себе, снятие тревожных симптомов и нивелирование защитной агрессии, знакомство с миром чувств, позволение себе и другим членам семьи испытывать эмоции.

Инвентарь: портретная колода метафорических карт и колода эмоций.

Инструкция:

1. Выбери из колоды с лицами портреты для членов всей твоей семьи.
2. Из колоды эмоций выбери для каждого члена семьи похожий эмоциональный образ и положи рядом с каждым портретом.
3. Из колоды эмоций в открытую выбери каждому члену семьи по подарку. Подарки будут означать, какую эмоцию ты бы подарил этому человеку и себе тоже. Какую эмоцию, как ты считаешь было бы можно и хорошо иногда испытывать каждому из членов твоей семьи?
4. Теперь из оставшихся карт выбери несколько карт-эмоций для членов семьи, которым ты подаришь подарок свободы от этих чувств. Как ты считаешь, кому из членов твоей семьи нужна такая помощь? Возьми по очереди каждую карту неприятной или слишком сильной эмоции, и глядя на карту члена семьи, которому даришь подарок, скажи «Я дарю тебе подарок! Эту эмоцию ты можешь больше не испытывать! Теперь ты от нее свободен! Как ты чувствуешь себя сейчас?» И карту с эмоцией спрячь в общую колоду. А теперь посмотри на портрет этого члена семьи. Как карта себя сейчас чувствует? А как ты чувствуешь себя, после того как подарил этот подарок? Повторяй так, пока не подаришь

все подарки. И наконец, подари за проделанную работу себе подарок свободы от лишних и неприятных эмоций. Их может быть столько, сколько ты захочешь.

**Цикл индивидуальных арт-терапевтических занятий  
«Цвет домашнего уюта» для взрослых**

Тема	Цель	Задачи
1 занятие «Домашний уют»	стабилизация психоэмоционального состояния, осознание ресурсов семьи	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проработка посттравматических состояний;</li> <li>- стабилизация психоэмоционального состояния после сложных событий, поиск ресурса;</li> <li>- изучение зоны ближайшего развития семьи;</li> <li>- осознание ее ресурсов, принятие назревших потребностей всех членов семьи;</li> <li>- гармонизация семейных взаимоотношений.</li> </ul>
2 занятие «Дом супружеской любви»	профилактика психического напряжения внутри супружеской диады	<ul style="list-style-type: none"> <li>- прояснение актуальной ситуации отношений с партнером;</li> <li>- осознание конфликтных зон и поиск примирительных конструктивных тактик;</li> <li>- осознание общих объединяющих ценностей;</li> <li>- исключение супружеского конфликта, как фактора психологического напряжения внутри семьи</li> </ul>
3 занятие «Не страдать – решить!»	формирование эффективных стратегий реагирования и поведения в случае сложных ситуаций в семье	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проработка эмоциональных и поведенческих стереотипов;</li> <li>- выход из повторяющихся негативных сценариев;</li> <li>- формирование новых эффективных тактик для прохождения сложных семейных ситуаций.</li> </ul>
4 занятие «Мир в доме»	профилактика семейных конфликтов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проработка деструктивных и трансформация неэффективных способов взаимодействия;</li> <li>- установление эмоционального баланса;</li> <li>- повышение сопротивляемости раздражению и недовольству ситуацией.</li> </ul>
5 занятие	осознание собственных	-исследование собственных



«Мои сильные стороны».	ресурсов и сильных сторон для решения сложных ситуаций в семье.	ресурсов; - осознание членами семьи собственных достоинств и потенциалов; -повышение самооценки и стрессоустойчивости.
6 занятие «Картина семьи».	осознание единства семьи, профилактика конфликтов внутри семьи, стабилизация эмоционального состояния.	- формирование доверия к себе; - снятие тревожных симптомов и нивелирование возможной защитной агрессии; - позволение себе и другим членам семьи испытывать эмоции. - осознание единства с семьей и общего семейного ресурса

### **1 Занятие «Домашний уют»**

Цель: стабилизация психоэмоционального состояния, осознание ресурсов семьи.

#### **Упражнение 1 «Прорастание»**

Автор Ника Верникова

Цель: проработка посттравматических состояний, стабилизация психоэмоционального состояния после сложных событий, поиск ресурса.

Позволяет по-иному посмотреть на сложившуюся ситуацию и осознать, что в жизни нет провалов и неудач, есть только уроки и позитивный опыт для новых свершений.

Инструкция:

1. Выберите в открытую карту, которая символизирует пережитую вами трудную ситуацию (травму), провал, неудачу.

2. Объясните свой выбор.

3. Затем не глядя на изображения достаньте три карты, как ответы на следующие вопросы:

1) Что вы потеряли в этой ситуации?

2) Что вы приобрели в результате случившегося?

3) О чем вам надлежит помнить, чтобы в будущем добиться успеха в желаемой области? Каков ваш ресурс на будущее?

4. Сделайте вывод о том, как изменилось ваше отношение к пережитому. Каким образом вы сможете использовать полученный опыт? Как это отразится на вас и вашей семье?

#### **Упражнение-Медитация 2 «Утро на крыше»**

Цель: изучение зоны ближайшего развития семьи, осознание ее ресурсов, принятие назревших потребностей всех членов семьи, гармонизация семейных взаимоотношений.

Материальное оснащение: набор метафорических карт или вырезок из журналов с изображением домов.

Инструкция: Для работы нам нужно активизировать воображение. Пусть глаза будут открыты, а фантазия и внимание ко внутреннему пространству активными. Время от времени можете закрывать глаза, чтобы лучше прислушиваться к себе и что-то видеть более детально. Обратите внимание на ощущения вашего тела. Дыхание. Три раза глубоко вдохните и выдохните. Представьте, что вы вернулись домой из дальнего странствия. Вас

встречают ваши близкие, они любят вас и ценят и это взаимно. Вы провели много времени за беседами и рассказами, после долгой разлуки и не заметили, как спустилась ночь. Вы возвращаетесь к своему любимому месту для ночлега и крепкий, здоровый сон не заставил себя долго ждать. И вот наступает утро, и вас посещает неожиданная идея. Некое побуждение ведет вас на крышу своего высокого дома. Вот вы уже подошли ближе к ее краю, а первые лучи солнца начинают потихоньку согревать вас и подсвечивать алые облака. С этой высоты вы видите окружающее по-новому. Ведь никогда ещё так ясно не открывался вам этот чудесный город. Город Вашей Жизни. Вы оглядываете его улицы, и наконец, замечаете первый дом. Это Домик Вашего Прошлого.

1. Найдите в колоде карту с изображением дома, который напоминает Вам ваше прошлое. Присмотритесь к нему. Что ценного осталось там? А что самое важное передает он Вам сейчас в настоящее? Какое напутствие дает на будущее? А что говорит о ваших близких? Поблагодарите Домик Вашего Прошлого и продолжайте осматривать Город Вашей Жизни.

2. Вы снова погружаетесь в созерцание утреннего города и обращаетесь вниманием к месту вашего нынешнего обитания, Дому Вашего Настоящего. Прочувствуйте его настроение, состояние и послание. Найдите в колоде карту чем-то похожую на дом вашего настоящего. Этот дом может внешне отличаться от вашего реального жилища, но самое главное, чтобы он передавал существующий в нем настрой и ваше внутреннее видение его. Как он выглядит сейчас? Чему учит? Что в его виде вас удивляет или настораживает? Что самое светлое и радостное в его облике и внутри? Что бы вы хотели добавить сейчас? Какой элемент и атмосферу хотели бы внести в облик своего нынешнего жилища? Что нужно всем жителям вашего дома, чтобы чувствовать себя комфортно? Поблагодарите Дом Настоящего и продолжайте путешествовать внутренним взглядом по окрестностям города.

3. Вы вдыхаете свежесть утра, и наблюдаете, как солнце все больше и больше освящает город, и становится видно все больше и больше подробностей. Вот вы уже видите удивительное и незамеченное ранее строение. Это Дом Вашего Будущего. Разглядите его как следует.

Выберите карту, которая по вашим ощущениям напоминает дом вашего будущего. В какой местности стоит этот дом? Что находится рядом с ним? Из каких построек и этажей состоит этот дом? Что в нём самое главное? Чем этот дом вас привлекает? Что нужно вам и вашей семье, чтобы переселиться в этот замечательный дом? Какое сообщение передаёт этот дом Вам, своему будущему хозяину? Что самое главное должно присутствовать для гармоничной жизни в этом доме для вас и всех ваших близких? Услышьте это напутствие, поблагодарите Дом Вашего Будущего.

4. Постройте из 3 выбранных карт и из тех изображений, что напомнили приходящие в медитации образы, Город Вашей Жизни. Уделите особое внимание тому, что было особенно интересным и важным для вас в пришедшем образе. Опишите свой город, расскажите, какие послания давал каждый из домов.

Ответьте на следующие вопросы:

1. Что для вашей счастливой семейной жизни в настоящем, дарит вам дом прошлого?

2. Что самого главного в доме настоящего есть сейчас? На что важно обращать внимание? Как вы будете применять это в жизни семьи? Что вы возьмете с собой в

будущее?

3. Что дом будущего поведал такого, что поможет всей вашей семье двигаться по жизни уверенно, радостно и спокойно?

4. Зная и принимая то, что дал вам каждый дом вашей жизни, скажите, как эти послания объединены? Как строится линия вашей семейной жизни и к чему она вас ведёт? Какова теперь главная жизненная цель и/или цель данного этапа жизни внутри вашего реального семейного дома?

## **2 Занятие «Дом супружеской любви»**

Цель: профилактика психического напряжения внутри супружеской диады.

### **Упражнение 1 «Дом нашей Любви»**

Цель: прояснение актуальной ситуации отношений с партнером, осознание конфликтных зон и поиск примирительных конструктивных тактик, осознание общих объединяющих ценностей, исключение супружеского конфликта, как фактора психологического напряжения.

Материальное оснащение: набор метафорических карт или вырезанных из журналов изображений, вызывающих и обозначающих определенные эмоции (можно со словами).

Инструкция:

I этап «Неоконченные предложения»

Клиент достает случайным образом карты и заканчивает предложения, подставляя те слова, которые приходят на ум при чувственном созерцании образа карты.

1.а) Когда у нас происходит разлад, наши отношения похожи для меня на..., они напоминают...

1.б) Для него (нее) наши отношения во время разлада похожи на...

2.а) Самое сложное для меня в наших отношениях это...

2.б) А для него сложнее всего в наших отношениях...

3.а) Но я ценю их за...

3.б) А он ценит их за...

4.а) Однако, мне бывает больно, когда он...

4.б) А ему бывает тяжело и больно, когда я...

5.а) Тем не менее я счастлива и рада, когда он...

5.б) А он бывает счастлив, когда я...

6.а) Мне бы хотелось, чтобы наши отношения были похожи на... И напоминали бы...

6.б) А ему бы хотелось, чтобы наши отношения выглядели как... И были бы...

7. И для этого я готова... (Здесь можно достать три карты из колоды с полезными словесными подсказками при ее наличии, например, «Мерлин» И.Шмулевича).

II этап «Дом нашей Любви»

Клиент строит Дом своей Любви из наиболее важных и ресурсных выбранных ранее карт.

Когда работа готова, клиент смотрит на нее и рассказывает историю о том, как его Любви жилось раньше и живется теперь в этом доме.

Клиенту задаются вопросы:

1. Какие трудности ваша Любовь встречала раньше, и что помогло с ними

справиться?

2. Что самое главное теперь знает Любовь, чтобы быть счастливой и радостной в собственном доме?

3. Что Любовь теперь готова делать, чтобы в дом не возвращалось прежнее запустение и холод (если было именно так), а царили счастье и тепло?

4. Что самое главное ваша Любовь говорит вам сейчас? Какое напутствие дает?

### **3 Занятие «Не страдать – решить»**

Цель: формирование эффективных стратегий реагирования и поведения в случае сложных ситуаций в семье.

Упражнение 4 «Смена маршрута»

Цель: проработка эмоциональных и поведенческих стереотипов, выход из повторяющихся негативных сценариев, формирование новых эффективных тактик для прохождения сложных семейных ситуаций.

Материальное оснащение: набор метафорических карт или вырезанных из журналов изображений, вызывающих эмоции.

Инструкция:

У всех нас есть одна особенность, мы создаем привычные шаблоны поведения и реагируем примерно одинаково на похожие ситуации. Однако, оставаться в повторяющемся типичном негативе мы не хотим. Что же делать? Нужно принять новый путь следования по ситуации.

1. Подумайте и выберите для проработки одну из повторяющихся неприятных ситуаций, вызывающих у вас однообразные негативные реакции на привычные раздражители.

2. Выберите по случайному принципу 3 метафорические карты. Эти карты будут отражать ваш путь следования по данной привычной, но сложной ситуации. Это ваше поведение и эмоциональное отношение к происходящему. В целом ваш настрой на прохождение подобного сюжета.

Прочувствуйте, на какой картинке – на какой стадии и на каком шаге возникает наибольшее напряжение. Это пусковой момент, раскручивающий автоматическую деструктивную реакцию. Своим вниманием и фантазией как бы войдите туда и постарайтесь растянуть, раздвинуть его во времени. Освойтесь там, переставьте что-то, перенесите в другое место. Посидите, подумайте. Начните жить в этой карте по-другому, не реактивно (не рубя с плеча), а с пристальным вниманием и даже невозмутимым спокойствием и вальяжностью. Позвольте себе стать хозяином этой карты, а не заложником ситуации, находящимся в плену у обстоятельств. Сделайте все, что вам хочется в этой карте и «выйдите» из нее, просто решив, что процесс вашего присутствия внутри уже завершен, и теперь за картой вы будете наблюдать как бы снаружи.

3. Далее сконцентрируйтесь на задаче, и вытащите случайно те карты, которые покажут, как вы можете реагировать уже сейчас, чтобы это было благоприятно для вас, всех ваших близких людей и ситуации в целом. Отметьте для себя, какая картинка является пусковой для позитивной эффективной настройки. Так же постарайтесь поприсутствовать там, но уже ведите себя как гость и ученик, понимая, что это подарок и обучение от нашего подсознания. Примите силу этого места. Посидите там, послушайте, что передает окружение, какие ощущения в теле рождает, какие фразы нашептывает. И

когда научитесь запускать позитив, так же «выйдите» из роли ученика и «вернитесь» в роль наблюдателя.

4. Теперь по случайному принципу достаньте еще две карты. Вы даете себе задачу, вытянуть те карты, которые покажут, что вы будете иметь в итоге, используя первый способ реагирования и второй усовершенствованный стратегический подход. Когда вы прочувствуете и оцените обе карты, это сформирует ценностное поле и настойчивость в достижении поставленной цели. Сама ситуация будет уже не стихийным бедствием, а управляемой тренировкой.

Рекомендация для проработки (ДЗ)

Создайте себе привычку ощущать себя в пусковом состоянии позитива. Для этого посмотрите и прочувствуйте карту, запускающую позитив. Прислушайтесь к своим ощущениям в эмоциях и теле. Усиьте их. Побудьте в том состоянии, когда вы способны верно действовать и встречать события жизни. Возвращайтесь к этому состоянию сознательно минимум три раза в день, и это станет естественным навыком. Если сложная ситуация придет на порог вашего дома и ваших эмоций, то не сможет застать вас врасплох.

#### **4 Занятие «Мир в доме».**

Цель: профилактика семейных конфликтов.

##### **Упражнение 1 «Место встречи – изменить!»**

Цель: проработка деструктивных и трансформация неэффективных способов взаимодействия, установление эмоционального баланса, повышение сопротивляемости раздражению и недовольству ситуацией.

Материальное оснащение: набор метафорических карт или вырезанных из журналов изображений, вызывающих эмоции.

Инструкция:

Есть ситуации, обсуждая которые мы можем раздражаться или злиться, и есть люди в нашем ближайшем окружении, для которых эти вопросы важны, и они так или иначе неизбежно будут поднимать данные темы. При этом чувство недовольства нас не оставляет. Нужно что-то менять. Наверняка нужно повернуться к человеку другой стороной. Нужно встретить его с другим настроем и другим подходом к рассмотрению ситуации.

1. Определитесь с запросом. Выберите личность, отношения с которой вы бы хотели проработать. При общении с этим человеком из близкого окружения вы бы хотели вести и чувствовать себя по-другому, чтобы это способствовало продвижению к решению возникшего вопроса.

2. Достаньте по случайному принципу одну карту. Эта карта отражает то место вашей психики, эмоций и настроения, в котором вы встречаете человека.

3. Достаньте случайно, не глядя на картинки, еще одну карту. Она будет отражать, какой своей стороной предьявляет вам себя этот человек, решая конкретно данный вопрос. С каким настроем он к вам подходит. Присмотритесь к обеим картам. Прочувствуйте, какое между ними возникает взаимодействие.

4. Теперь достаньте одну случайную карту, предварительно задав себе вопрос: «Что создает между нами сложности взаимодействия?» Посмотрите на карту и сделайте выводы. Обычно эта карта соотносится по смыслу с обеими первыми картами. Все три

карты несколько созвучны в своем значении.

5. По аналогии с предыдущими шагами, достаньте одну случайную карту. Она отражает то, в каком состоянии и умонастроении вам важно находиться, чтобы у вас появилась обоюдная возможность прийти к компромиссному решению, находясь в положительном расположении духа. В идеале общение должно обрести позитивное качество. В удовлетворительном – контакт будет носить характер эмоционально ровного, не затратного общения.

6. Достаньте случайно еще одну карту. На ней изображено, с каким настроением этот человек будет с вами общаться, если вы будете встречать его и выбранную им тему разговора с новой позиции? Как он будет себя вести в таком случае? Что вы будете чувствовать в связи с такой переменной?

7. Последняя карта, так же вынимается случайно. Она показывает, что будет продуктом и результатом вашего нового взаимодействия и настроения. Иногда это касается вас обоих, иногда вас лично, если для вашего близкого родственника не наступит больших перемен.

### **Упражнение 2 «Еще один шанс»**

Автор Ника Верникова

Цель: изменение отношения к человеку без его участия, профилактика внутрисемейных конфликтов.

Материальное оснащение: набор метафорических карт или вырезанных из журналов изображений, вызывающих преимущественно положительные эмоции.

Упражнение предназначено для осознания уникальности, ценности и значимости каждого человека, и в особенности каждого члена семьи, даже если принимать его личные особенности нам не просто.

Инструкция:

1. Выберите из колоды в открытую портрет человека, отношения с которым вы бы хотели проработать или изменить.

2. Объясните свой выбор.

3. Теперь не глядя вытащите из колоды три карты, которые станут ответами на следующие вопросы:

1) Каким я его (ее) не знаю? (Каким этого человека не знает никто?)

2) Каким этого человека видят другие люди?

3) Каким он (она) является на самом деле?

4. Поочередно переворачивайте карты и описывайте свои ассоциации.

5. Как изменилось ваше отношение к этому человеку.

5 Занятие «Мои сильные стороны».

Цель: осознание собственных ресурсов и сильных сторон для решения сложных ситуаций в семье.

### **5 занятие «Сильные стороны»**

Цель: исследование собственных ресурсов для решения возникающих сложных ситуаций, осознание собственных достоинств и потенциалов, повышение самооценки и стрессоустойчивости.

Материальное оснащение: набор метафорических карт или вырезанных из журналов изображений, вызывающих преимущественно положительные эмоции.

Инструкция:

Это простое упражнение проявит Ваши сильные стороны.

1. Достаньте в открытую, глядя на картинки 3-4 карты, которые изображают Ваши сильные стороны. То, что вы умеете, знаете и любите. То, чем вы активно пользуетесь. То, чем в какой-то мере даже гордитесь. То, что является для вас важным внутренним достижением и качеством. Или другие люди видят в вас это. Если сложно что-то найти, то все равно присматривайтесь и ищите. Важно чтобы это качество было для вас привычным и позитивным.

2. Случайным образом достаньте еще 3 карты. Эти картинки будут отражать ваши сильные стороны, которые вы не распознали в себе, или не приняли в полной мере. Вы не пользуетесь ими или не видите большого смысла в них. Или еще не признались себе в том, что в вас есть эти ценные качества. Однако, именно это сейчас важно осознать и принять в себе. Это те силы, те ваши внутренние богатства, которые помогут в личностном развитии и решении сложных ситуаций именно на данном этапе жизни. Они помогут с достоинством пройти этот этап.

3. Выложите карты на рабочей поверхности так, как чувствуете, им надлежит лежать. Посмотрите на получившуюся картину. Как соотносятся ваши недооцененные достоинства с уже известными особенностями вашей личности. Какие вы можете отметить особенности и закономерности? Как соотносятся ваши нынешние достоинства и задачи развития, которые перед вами ставит жизнь, с тем, что вы уже сейчас хорошо знаете и умеете?

4. Запишите короткий план-рассказ о том, как и через что вы будете осуществлять собственное развитие и преодолевать сложившуюся ситуацию? Что вам необходимо учитывать и чего придерживаться при этом? О чем вам подсказывает ваша основа и открытые в себе неожиданные стороны? Как они взаимодействуют и как это взаимодействие стоит использовать в изменении ситуации и собственной личности.

## **6 Занятие «Картина семьи»**

Цель: осознание единства семьи, профилактика конфликтов внутри семьи, стабилизация эмоционального состояния.

### **Упражнение 1 «Карточная картина семьи»**

Цель: формирование доверия к себе, снятие тревожных симптомов и нивелирование защитной агрессии.

Инвентарь: ресурсная и портретная колода метафорических карт.

Инструкция:

1. Выберите из колоды с изображением лиц портреты для членов всей вашей семьи.  
2. Расскажите немного о каждом из них.  
3. А теперь давайте подумаем, какие у каждой из этих карт могут быть сложности?  
4. А кто из персонажей других карт мог бы помочь решить эти трудности другой карте?

5. Разыграйте небольшую сценку о том, как карты разговаривают друг с другом о своих сложностях и какие решения предлагают друг другу.

6. Достаньте из ресурсной колоды по случайному принципу одну карту. Эта карта будет помощником для всей семьи, словно Ангел-Хранитель эта сила будет помогать в

решении всех трудностей всем вашим самым близким людям. Какое решение Ангел подсказывает каждой из карт?

7. Какие выводы вы сейчас для себя делаете?

### **Упражнение 2 «Эмоциональные портреты»**

Цель: формирование доверия к себе, снятие тревожных симптомов и нивелирование защитной агрессии, знакомство с миром чувств, позволение себе и другим членам семьи испытывать эмоции.

Инвентарь: портретная колода метафорических карт и колода эмоций.

Инструкция:

1. Выберите из колоды с лицами портреты для членов всей семьи.
2. Из колоды эмоций выберите для каждого члена семьи похожий эмоциональный образ и положи рядом с каждым портретом.
3. Из колоды эмоций в открытую выберите каждому члену семьи по подарку. Подарки будут означать, какую эмоцию вы бы подарили этому человеку и себе тоже. Какую эмоцию, как вы считаете было бы можно и хорошо иногда испытывать каждому из членов семьи?
4. Теперь из оставшихся карт выберите несколько карт-эмоций для членов семьи, которым вы подарите подарок свободы от этих чувств. Как вы считаете, кому из членов семьи нужна такая помощь? Возьмите по очереди каждую карту неприятной или слишком сильной эмоции, и глядя на карту члена семьи, которому дарите подарок, скажите: «Я дарю тебе подарок! Эту эмоцию ты можешь больше не испытывать! Теперь ты от нее свободен! Как ты чувствуешь себя сейчас?» И карту с эмоцией спрячьте в общую колоду. А теперь посмотрите на портрет этого члена семьи. Как карта себя сейчас чувствует? А как ты чувствуете себя, после того как подарили этот подарок? Повторяйте так, пока не подарите все подарки. И наконец, подарите за проделанную работу себе подарок свободы от лишних и неприятных эмоций. Их может быть столько, сколько вы захотите.

Приложение 4 к программе «Карточный домик»

### **Цикл интерактивных семейных коррекционных занятий по вторичной профилактике насилия в семье «Карточный домик»**

#### **Актуальность**

Для ребенка, да и для любого человека, дом – это место безопасности, принятия, спокойствия. Дом – это пространство, где можно укрыться, «отсидеться», восстанавливаясь после пережитых жизненных бурь, расслабиться, вместе с офисной или школьной одеждой снять с себя роли, стать самим собой. Это своеобразная колыбель, место, где обнажаются, болеют, спят. То есть место нашей максимальной уязвимости, трогательной незащитности, естественной открытости и доверия. Именно здесь мы ожидаем от близких людей взаимной бережности, уважения, корректности. Потому что хоть где-то хочется ощущать себя в надежном укрытии, иметь крепкий тыл, особенно пока ты мал.

Семейные отношения можно сравнить с карточным домиком, который может легко разрушиться от небрежного прикосновения. И что может начать происходить с психикой, если внезапно дом становится местом полной непредсказуемости и угрозы?



Когда именно те, кто должен тебя оберегать, защищать от нападений и поддерживать, внезапно и непредсказуемо начинают унижать, оскорблять, эмоционально подавлять, манипулировать, истязать, бить. Это происходит, когда у взрослых не хватает ресурса на то, чтобы справиться с возникающими в семье трудностями, когда взрослые не могут привычными способами справиться с новой кризисной ситуацией. Детской психике очень непросто, практически невозможно переварить такой перевертыш. Удерживать хрупкое равновесие «игральных карт в карточном домике» и каждому чувствовать себя победителем, когда удастся хотя бы на время избежать неминуемого распада, является главной задачей сохранения семейного баланса.

Занятия направлены на гармонизацию межличностных и внутрисемейных отношений. «Общение на протяжении всей жизнедеятельности человека является одним из ведущих факторов его развития», - писал Б.Г. Ананьев. В общении идет развитие эмоциональной сферы человека, формирование его чувств: ощущений, переживаний. Общение влияет и на волевое развитие человека. На занятиях используются игры и упражнения, направленные на совместную позитивную деятельность членов семьи. Установлено, что такого рода занятия выполняют многообразную интегрирующую функцию в семье: снимают и смягчают фрустрационные состояния, снижают взаимную агрессивность членов семьи, создают благоприятные условия для разрешения межличностных конфликтов, поиск способов преодоления кризисов и формирования взаимопонимания в семье.

**Целевая группа:** семьи «группы риска» с детьми разных возрастов.

**Цель:** содействие укреплению отношений между членами семьи в период проживания кризиса.

**Задачи:**

- повышать компетентность членов семьи в вопросах разрешения конфликтных ситуаций;
- формировать навыки успешного и конструктивного взаимодействия между родителями и детьми, умения выражать свои чувства, эмоции, переживания;
- содействовать активизации совместной детско-родительской деятельности;
- способствовать снижению взаимной агрессивности членов семьи, создать благоприятные условия для безопасного пребывания ребенка в семье;
- устранить факторы, направленные на формирование насильственных и противоправных действий в семье, способствовать принятию ответственности каждого члена семьи за безопасность своей жизни и жизни близких.

#### **Учебно-тематический план; алгоритм деятельности**

Описанный вариант семейного тренинга предполагает два занятия с родителями и их детьми один раз в две недели, каждое занятие рассчитано на 1-2 часа. В группе не более 4 человек. Семьи формируются с учетом возраста детей (7-10 лет, 11-13 лет) и проблематики. Программа может легко адаптироваться под разный возраст детей и проблематику семьи.

Темы тренинговых занятий:

1 занятие «Моя семья».

2 занятие «Я» - в своей семье».

3 занятие «Конфликты и пути их разрешения».

4 занятие «Трудное» поведение ребенка, навыки управления «трудным» поведением».

5 занятие «Учимся понимать друг друга».

6 занятие «Мы строим крепкую семью».

Тема	Цель	Задачи
1 занятие «Моя семья»	-исследование семейных взаимоотношений, ценностей, стиля воспитания детей	- создать ситуацию взаимодействия и сотрудничества членов семьи; - способствовать развитию взаимной эмпатии участников
2 занятие «Я» - в своей семье»	- выявление и осознание фактов переживаемых трудностей каждого члена семьи	- актуализировать потребность членов семьи в совместном выходе из кризисной ситуации; - способствовать принятию ответственности каждого члена за успешное преодоление семейного кризиса
3 занятие «Конфликты и пути их разрешения»	актуализация знаний о понятии «конфликт»	- познакомить участников со способами разрешения конфликтов; - способствовать формированию навыков конструктивного выхода из конфликтов; - содействовать развитию навыков распознавания внешних проявлений основных эмоций и чувств других людей
4 занятие «Трудное» поведение ребенка, навыки управления «трудным» поведением ребенка	развитие навыков конструктивного взаимодействия с несовершеннолетними	- предоставить информацию о возможных «трудностях» поведения детей; -способствовать пониманию родителями причин трудного поведения детей; - повысить родительскую компетенцию в конструктивном взаимодействии с несовершеннолетними
5 занятие «Учимся понимать друг друга».	формирование у родителей представлений об эффективной модели воспитания	- предоставить информацию о методах наказания и поощрения в воспитании детей; -повысить родительскую компетенцию в эффективности метода поощрения
6 занятие «Мы строим крепкую семью»	обучение новым позитивным моделям поведения.	- развивать эмпатию, способность устанавливать близкие доверительные отношений, умения сотрудничать и кооперироваться с членами

		семьи
--	--	-------

### **Занятие 1. «Моя семья».**

**Цель:** исследование семейных взаимоотношений, ценностей, стиля воспитания детей.

#### **Задачи:**

- создать ситуацию взаимодействия и сотрудничества членов семьи;
- способствовать развитию взаимной эмпатии участников.

#### **Приветствие. Вступление ведущего.**

- Объявление темы и цели цикла интерактивных коррекционных занятий для семьи.

#### **Ход занятия**

#### **Организационная часть (5 мин)**

- Знакомство.
  - «Как можно к вам обращаться в ходе занятий?»
  - Объявление темы и цели интерактивного коррекционного занятия.
  - Обсуждение регламента.
- «Мы предлагаем Вам представиться и ответить на вопросы:
- Какое у Вас настроение?
  - Что хотели бы получить на сегодняшнем занятии?»
- (сбор информации у членов семьи, обсуждение семейного запроса)

#### **Упражнение «Имя» (10 мин)**

**Цель:** продолжение знакомства, развитие внимания, уважения друг к другу.

Членам семьи предлагается поочередно назвать свое имя и коротко рассказать о его значении. Кто и почему его так назвал? Чем нравится тебе твое имя?

#### **Игра «Ветер дует на того, кто...» (10 мин)**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения.

Задание участникам: «Ветер дует на того, кто...

- любит мороженое,
- носит брюки,
- сегодня завтракал...»

Правила игры: участники меняются местами, ведущим становится тот, кто не успел занять пустое место.

#### **Правила группы (5 мин)**

Осуждение и принятие правил на занятии.

- Общение по принципу «здесь и сейчас».
- Доверительный стиль общения и искренность в общении.
- Предложения должны звучать именно от себя (например, «Я думаю, что...»), а также, не должно быть безадресности, (например, «многие (все, большинство) осуждают меня»).

- Конфиденциальность всего происходящего в группе.

- Безоценочность суждений членов семьи.

- Каждый член семьи может вводить свои правила, они обсуждаются, принимаются, либо не принимаются.

#### **Основная часть.**

#### **Правила семьи (20 мин)**

- В каждой семье есть свои правила.

Правила – это ожидание того, как люди должны вести себя в определенных ситуациях и обстоятельствах. Правила говорят, что приемлемо и что неприемлемо. Они также говорят о том, какие представления влечет за собой выполнение или невыполнение правил.

Существует два типа правил: гласные и негласные. Гласные правила - самые простые. Они включают такие вещи, как: «Не перебивай», «Не болтай с полным ртом» и т.д.

Есть также негласные правила. Например, в некоторых семьях не принято быть сердитыми, но вполне приемлемо впасть в депрессию. Никто не думает об этом, но правило таково: когда события развиваются не по-твоему, ты не можешь сердиться, но можешь расстраиваться. В некоторых семьях слезы неприемлемы или прощительны только женщинам. А мужчина вместо слез может рассердиться.

Основная задача правил – контролировать способы взаимоотношений в семье. Они помогают сохранять равновесие внутрисемейных отношений.

- Какие гласные и негласные правила существуют у вас в семье?

(участникам предлагается написать 10 правил семьи)

*Обсуждение:*

Каждый член семьи поочередно зачитывает свои правила.

- Какие правила часто нарушаются?

- Что нужно сделать, чтоб соблюдать это правило?

- Как научиться соблюдению правил?

**Упражнение «Броуновское движение» (5 мин)**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения, сплочение семьи.

Участникам предлагается поздороваться двумя руками, передвигаясь в пространстве с закрытыми глазами.

«Найти самые горячие руки,

самые сильные руки,

самые нежные руки».

(Упражнение выполняется молча)

*Обсуждение:* Что понравилось? Что не понравилось? Были грубые для вас прикосновения? Подвести участников к выводу о значимости личностных границ.

- По каким признакам сумели определить, чьи это руки и какие они?

**Упражнение «Я имею право...» (20 мин)**

**Цель:** способствовать пониманию у каждого участника собственной значимости в семье; формированию уважительного отношения друг к другу.

Участники записывают свои права

Каждый зачитывает свой список по кругу: «Я имею право...»

Затем участники снова зачитывают свой список прав, но начинают его со слов «Мои близкие имеют право...»

*Обсуждение*

- Какие чувства вызвало это задание?

Перерыв (по необходимости).

**Упражнение «Идеальный образ» (30 мин)**

1. Участникам предлагается ответить на вопросы:

- Каким должен быть идеальный мальчик?
- Какой должна быть идеальная девочка?
- Каким должен быть идеальный папа?
- Какой должна быть идеальная мама?

(ответы записываются на доске)

2. Участники рисуют образ идеального мальчика (девочки) для детей, идеального папы (мамы) для родителей (лист бумаги складывается пополам, каждый рисунок выполняется на половине листа)

3. На второй части листа нарисовать свой собственный образ.

*Обсуждение:*

- Чем похожи эти рисунки?
- Чем отличаются?
- Чем можете гордиться?
- Хотелось бы что-то добавить в рисунок «себя настоящего»?
- Участников подводят к тому, что ИДЕАЛА в мире нет, и недостатки есть у всех, но от этого дети не перестают любить родителей, а родители детей. Упражнение заканчивается тем, что составленные списки разрываются, а пары (родитель - ребенок) обнимаются.

### **Игра «Стиральная машина» (5 мин)**

**Цель:** снятие мышечного напряжения; осознание личностных границ.

Участники становятся парами друг за другом, взявшись за руки. Руки подняты вверх. Образуют туннель. Один из игроков проходит через туннель, обозначая свою роль («Я грязные брюки», «Я тонкая белая сорочка», «Я пуховик» и т.д.). В зависимости от этого остальные участники выбирают интенсивность движений, изображая стирку.

*Обсуждение:*

- Что понравилось?
- Что не понравилось?
- Были грубые для вас прикосновения?

Подвести участников к выводу о значимости личностных границ.

### **Упражнение «Я настоящий, а это значит...» (5 мин)**

**Цель:** повышение уверенности в себе.

- Произнести по кругу фразу в позитивном уверенном тоне «Я настоящий, а это значит...» (три круга)

*Обсуждение:*

- Что понравилось?
- Что было важно?

### **Упражнение «Комплименты» (5 мин)**

**Цель:** закрепление позитивного опыта на занятии.

Задание: Участники пишут на листочках свои положительные качества (по количеству участников). Затем все записки складываются в шляпу, ведущий перемешивает их и предлагает участникам вытянуть одно качество. Далее участник дарит его тому, кому оно подходит (без комментариев). Получатель также не комментирует процесс.

После того, как все качества вытянуты, участники по кругу зачитывают свои записки.

Рефлексия опыта.

Ведущий просит поделиться опытом, полученным в результате работы.

**Обратная связь:**

- Что получили, узнали сегодня на занятии?

- С каким настроением уходите?

Домашнее задание: - узнать информацию о своем имени;

- работа с правилами семьи.

**Домашнее задание:**

1. Участникам тренинга предлагается в качестве просмотра фильма.

Написать общий список правил семьи (Приложение).

2. Заполнить таблицу «Критика и похвала» (Приложение)

**Занятие 2. «Я» - в своей семье».**

**Цель:** выявление и осознание фактов переживаемых трудностей каждого члена семьи.

**Задачи:**

- актуализировать потребность членов семьи в совместном выходе из кризисной ситуации;

- способствовать принятию ответственности каждого члена за успешное преодоление семейного кризиса.

**Приветствие. Вступление ведущего.**

Сообщение темы и цели занятия.

**Ход занятия**

**Организационная часть (5 мин).**

- Что нового и хорошего произошло за эту неделю?

- Что было полезно на прошлом занятии, какой опыт вы уже применили в своей жизни?

*Обсуждение* домашнего задания (20 мин).

- Кто узнал и может рассказать о значении своего имени?

- Что помогает выполнять правила семьи?

- Анализ таблицы «Критика. Похвала».

- Какие возникают чувства, когда вас хвалят? Критикуют?

- Больше критики в вашей семье или похвалы?

Вывод: доказано, чем больше критики в семейных отношениях, тем больше психических заболеваний.

**Игра «Фруктовый салат» (5 мин).**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения.

Участники сидят на стульях. Ведущий стоит, делит участников, называя их фруктами (яблоко, банан, груша). По команде участники меняются местами: «яблоки с яблоками», «груши с грушами» и т.д. Когда ведущий говорит «фруктовый салат», меняются все местами. Ведущим становится тот, кто остался без места.

**Основная часть.**

**Упражнение «Семья» (20 мин)**

**Цель:** осознание причин дисфункциональности семейных отношений.

К каждой букве в слове семья подобрать слова, положительно ассоциирующиеся со словом семья. Затем, слова, вызывающие отрицательные ассоциации. Ответы ведущий записывает на доске.

+

С- счастье, солидарность, сила и т.д.

Е- единство, естественность и т.д.

М- материнство, младенец и т. д.

Ь - слова на любую букву

Я – «Я», ячейка и т.д.

-

свинство, соперничество, сплетни

ехидство

маты, мучение

слова на любую букву

ябеда, ярмо и т.д.

- Какие чувства возникают, глядя на запись со знаком «+» и со знаком «-»?

- При каких семейных обстоятельствах происходят конфликты, ссоры?

- Как происходит примирение? Какие ресурсы (личностные, семейные) используете для сохранения стабилизации в семье?

Конфликты возникают из-за нарушения правил взаимодействия в семье.

Важнейшими характеристиками семьи принято считать ее функции структуру и динамику. Функции (хозяйственно – бытовая, сексуально – эротическая, воспитательная, эмоциональная, духовная, первичного социального контроля) показывают, что семья повседневно «делает». Структура – как семья устроена, динамика – как она изменяется в процессе своего развития. Нарушение нескольких функций приводит к дисфункциональности семьи. Выделяют следующие характеристики семейного кризиса:

1. Обострение ситуативных противоречий в семье.

2. Расстройство всей системы и всех происходящих в ней процессов.

3. Нарастание неустойчивости в семейной системе.

4. Генерализация кризиса, распространение на весь диапазон семейных отношений и взаимодействий.

- Как сохранить отношения в семье, уберечь ее от распада?

### **Упражнение подготовительное «Поиск семейного баланса» (5 мин)**

**Цель:** развитие координации совместных действий, точное соизмерение своих движений с теми, что совершают партнеры.

**Оборудование:** карандаши или авторучки (желательно закрывающиеся колпачками или с убирающимся стержнем) — по одному на каждого участника.

Участники разбиваются на пары, располагаются напротив друг друга на расстоянии 70—90 см и держат два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Нужно, не выпуская карандашей, синхронно двигать руками вверх—вниз, поворачиваться вправо—влево, приседать. Затем партнеры меняются. При выполнении упражнения от участников требуются четкая координация совместных действий и соизмерение своих движений с движениями партнера. Задание практически невыполнимо, если каждый участник думает только о своих действиях, не ориентируясь на других.

**Обсуждение**

- Какие действия должен выполнять каждый из участников, чтобы карандаши в кругу не падали?

### **Упражнение «Карточный домик» (20 мин).**

**Цель:** поиск семейных и личностных ресурсов, альтернативных действий для выхода из кризисной ситуации.

Участникам предлагается построить карточный домик за 5 минут.

### *Обсуждение*

- Вы, достигли, чего хотели?

В ситуации достижения цели можно задать следующие вопросы:

- Что помогло достичь успеха?

- Какие личностные и групповые ресурсы были задействованы?

В ситуации неуспеха:

- Что чувствуете, когда смотрите на разрушенный домик?

(разочарование, досада, чувство вины и т.д.)

- Что мешало в выполнении задания?

(страх неуспеха, отсутствие роли руководителя, распределение ролей, ответственности каждого за результат, последовательности, отсутствие обсуждения плана строительства, выдержки, терпения и т.п.)

Задание ведущего:

- Каждому участнику самостоятельно описать свои собственные действия при строительстве домика, которые приведут к успеху.

### *Семейное обсуждение.*

Участникам предлагается построить вторично карточный домик за 5 минут, учитывая предыдущие ошибки.

### *Обсуждение (при удаче или поражении)*

- Процесс строительства домика похож на жизнь: мы что-то строим, рушим, строим заново и т. д. Трудности возникают периодически. Но вовсе необязательно мы будем сразу достигать того результата, которого нам хочется. Чем больше человек старается работать над какой-то задачей, тем больше жизненного и практического опыта он приобретает.

Вывод: Семейные отношения можно сравнить с карточным домиком, который может легко разрушиться от небрежного прикосновения, потому что человек не может контролировать все в своей жизни.

Удерживать хрупкое равновесие «игральных карт в карточном домике» и каждому чувствовать себя победителем, когда удастся хотя бы на время избежать неминуемого распада, является главной задачей сохранения семейного баланса.

### **Упражнение основное «Поиск семейного баланса» (5 мин)**

**Цель:** развитие координации совместных действий, точное соизмерение своих движений с теми, что совершают партнеры.

**Оборудование:** карандаши или авторучки (желательно закрывающиеся колпачками или с убирающимся стержнем) — по одному на каждого участника.

Участники встают в круг, стоящие рядом должны удерживать подушечками указательных пальцев карандаши или ручки. Расстояние между соседями — 50—60 см. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания:

1. Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение.
2. Вытянуть руки вперед, отвести назад.
3. Сделать шаг вперед; два шага назад; шаг вперед (сужение и расширение круга).
4. Наклониться вперед, назад, выпрямиться.
5. Присесть, встать. В дальнейшем можно усложнить и разнообразить упражнение: Сделать одновременно два движения (например, шагнуть вперед и поднять руки). Использовать не указательные, а безымянные пальцы или мизинцы.



Держать руки не в стороны, а скрестить их перед грудью (левой рукой держит карандаш партнера справа, правой — партнера слева).

Выполнять упражнение с закрытыми глазами.

Включить медленную музыку и устроить коллективный “танец”.

участники разбиваются на пары, располагаются напротив друг друга на расстоянии 70—90 см и держат два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Нужно, не выпуская карандашей, синхронно двигать руками вверх—вниз, поворачиваться вправо—влево, приседать. При выполнении упражнения от участников требуются четкая координация совместных действий и соизмерение своих движений с движениями партнера. Задание практически невыполнимо, если каждый участник думает только о своих действиях, не ориентируясь на других. *Обсуждение*

- Какие действия должен выполнять каждый из участников, чтобы карандаши в кругу не падали?

- На что ориентироваться при их выполнении?

- Как установить с окружающими необходимое для этого взаимопонимание, научиться “чувствовать” другого человека?

- Двоих — справа и слева — одновременно?

**Упражнение «Поиск альтернативных решений» (20 мин).**

**Цель:** поиск альтернативных решений проблем.

Участникам предлагается проанализировать свою проблему, используя технику «Оптимальное решение».

Техника «ОПТИМАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ».

ШАГ 1. Анализируем исходные данные, нужные для принятия решения. Сюда входит информация о ситуации, ресурсах, имеющихся на данный момент (время, силы, деньги, специальные знания, навыки, помощь и поддержка коллег/близких и прочее). Также важно прояснить собственные мысли и чувства по поводу сложившейся ситуации. Лучше делать это письменно, потому что такой объем информации невозможно держать в фокусе внимания. Выбор альтернативных вариантов, необходимых ресурсов для выхода из кризисной ситуации.

ШАГ 2. Исходя из полученных ранее данных, рассматриваем 3 варианта решения – сделать шаг вперед, шаг назад или остановку. В каждом из вариантов есть свои преимущества. Остановка позволяет экономить силы и наращивать ресурсы, шагнув назад можно реализовывать уже пройденные этапы по-новому, более подходящим образом, шаг вперед позволяет приблизиться к цели, но только при условии наличия всех необходимых внутренних и внешних ресурсов.

ШАГ 3. После того, как вы определились с тем, что вам больше подходит сейчас – шагнуть вперед, назад или остановиться, нужно проверить дальнейшую перспективу. Для этого нужно спланировать следующие 2-3 шага. Это делается для того, чтобы принятое решение не мешало общему достижению цели. Например, подчиняясь желанию сделать все в краткие сроки, человек рассматривает только шаги вперед, но его ресурсов хватит только на 1-2 шага.

Поэтому в какой-то момент ему придется остановиться, не потому что это спланировано, а потому что силы, средства, время закончились. Да, шаг будет реализован, но общее достижение цели это не нарушит.

Поэтому важно простроить цепочку из нескольких взаимосвязанных шагов. Например, сейчас вы останавливаетесь, копите силы, деньги, обучаетесь новым навыкам, а следующим шагом двигаетесь вперед. Или совершаете остановку, внимательно оцениваете ситуацию (иногда при помощи экспертов) и выясняете, что для более качественного движения вперед вам надо откатиться на этап назад и что-то переделать.

#### *Обсуждение*

- Участники обмениваются чувствами, опытом, полученным в процессе поиска своих альтернативных решений.

**Вывод:** Данная модель принятия решений - стратегический план, где спланированные остановки и шаги назад идут только на пользу. А также этот план не должен поглощать вашу жизнь целиком, в ней всегда должно быть место общению с близкими и простым жизненным радостям.

Научись превращать проблемы в возможности!

#### **Обратная связь.**

- Что получили, узнали сегодня на занятии?
- С каким настроением уходите?

#### **Домашнее задание:**

1. Прочитать информацию о семейных кризисах.
2. При решении возникающих проблем использовать алгоритм техники «Оптимальное решение».
3. Самостоятельное изучение техники «Квадрат Декарта» (электронный кейс для родителей «Семейные открытки»).

### **Занятие 3. «Конфликты и пути их разрешения».**

**Цель:** содействие укреплению отношений между родителями детьми в период прохождения кризисной ситуации в семье.

#### **Задачи:**

- повысить компетентность членов семей в вопросах разрешения конфликтных ситуаций;
- сформировать навыки успешного и конструктивного взаимодействия между родителями и детьми (умение выражать свои чувства, эмоции, переживания).
- содействовать активизации совместной деятельности родителей и детей.

#### **Приветствие. Вступление ведущего.**

Сообщение темы и цели занятия.

#### **Ход занятия**

#### **Организационная часть (5 мин).**

#### **Приветствие.**

- Что нового и хорошего произошло за эту неделю?
- Что было полезно на прошлом занятии?

#### *Обсуждение домашнего задания (20 мин).*

-Какие вопросы возникли при знакомстве с информацией «Кризисы семейной жизни?»

-При решении, каких проблем удалось применить технику «Оптимальное решение»? «Квадрат Декарта»?

#### **Игра «Займи место» (5 мин).**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения.

Участники передвигаются вокруг пустых стульев под музыку. Когда музыка прекращается, участники занимают свои места. Упражнение повторяется несколько раз.

*Обсуждение*

- Какие чувства возникали, когда не удавалось занять свое место.

**Упражнение «Создание рисунка по кругу». (15 мин)**

**Цель:** формирование умения бесконфликтного взаимодействия.

Участники сидят в кругу. У каждого чистого листа бумаги и фломастер (карандаш). За две минуты все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают свой лист соседу справа. Игра идет, пока лист не вернется к хозяину. С каждой передачей листа другому участнику время сокращается на 5-10 сек.

*Обсуждение*

- Что чувствовали, когда рисовали на чужом рисунке?

- Что чувствовали, когда ваш рисунок вернулся к вам?

**Упражнение «Испорченный рисунок» (30 мин)**

**Цель:** формирование навыков конструктивного выхода из конфликта; позитивного мышления.

- Каждый участник изображает рисунок на тему «Летний отдых». Затем участники меняются рисунками. Задача – «испортить» рисунок другой члена семьи. При этом нельзя рвать, мять, делать дырки. Затем рисунки возвращаются к «хозяевам». Задача «хозяев» - исправить рисунок. Задание можно повторять несколько раз.

*Обсуждение*

- Что чувствовали, когда рисовали свой рисунок?

- Что чувствовали, когда портили чужой рисунок?

- Что чувствовали, когда увидели свой испорченный рисунок?

- Что помогло справиться с чувствами?

Подвести участников к выводу о том, что «плохо портить» чужие вещи, нарушать личные границы и т.д. Это является поводом для конфликтов. Но любой конфликт можно урегулировать.

Перерыв по необходимости.

**Основная часть.**

**Упражнение «Конфликты» (20 мин).**

**Цель:** актуализация чувств, вызываемых конфликтом; формирование позитивных образов решения конфликтных ситуаций.

- Какие ассоциации возникают у вас при слове «конфликт»? (ответы записываются на доске).

Далее ведущий просит всех участников встать и с закрытыми глазами «подержать» перед собой то, что в их представлении является «конфликтом», прислушаться к своим чувствам.

Затем взять пластилин и вылепить этот образ.

- Что получилось?

- Какие чувства вызывает образ?

- Хотелось бы что-то изменить?

- Участникам предлагается трансформировать получившийся образ в то, что будет вызывать приятные чувства.

*Осуждение:*

- Какие чувства вызвало упражнение?

**Упражнение «Природные явления» (5 мин).**

**Цель:** снятие мышечного напряжения.

Все участники встают в круг друг за другом. Ведущий произносит слова и показывает действия; все участники одновременно повторяют действия за ведущим.

«*Зашумел легкий ветерок*» - пальцами рук аккуратно поводить по спине.

«*Зашелестели листья*» - сделать круговые движения ладонями рук по спине.

«*Полил легкий дождик*» - слегка побарабанить подушечками пальцев по спине впереди стоящего.

«*Дождь полил сильнее*» - усилить движения.

«*Пошел град*» - слегка побарабанить кулачками.

«*А теперь просто погладить спину*»

После чего участники разворачиваются в другую сторону и упражнение повторяется.

*Осуждение:*

- Какие прикосновения были приятны?

**Упражнение «Яблоко и червячок» (10 мин).**

**Цель:** осознание участниками предпочтительного способа решения конфликтов.

Сядьте удобнее, закройте глаза и представьте на минуту, будто вы — яблоко. Спелое, сочное, красивое, ароматное, наливное яблоко, которое живописно висит на веточке. Все любуются вами, восхищаются. Вдруг, откуда ни возьмись, подползает к вам червяк и говорит: «Сейчас я тебя буду есть!». Что бы вы ответили червяку? Откройте глаза и запишите свой ответ.

**Информационная часть (30 мин).**

**Цель:** знакомство со способами разрешения конфликтных ситуаций.

Мозговой штурм:

- Какие способы выхода из конфликта Вы знаете?

*Осуждение:*

Ведущий предлагает способы выхода из конфликтной ситуации (по К. Томасу).

- Конкуренция предполагает сосредоточение внимания только на своих интересах, полное игнорирование интересов партнера.

- Избегание характеризуется отсутствием внимания, как к своим интересам, так и к интересам партнера.

- Компромисс — достижение «половинчатой» выгоды каждой стороны.

- Приспособление предполагает повышенное внимание к интересам другого человека в ущерб собственным.

- Сотрудничество является стратегией, позволяющей учесть интересы обеих сторон.

Участникам предлагается проанализировать способы разрешения конфликтов, стиль поведения в конфликтной ситуации, «плюсы» и «минусы» этих стилей.

А теперь, когда вам известны способы выхода из конфликтной ситуации, проиллюстрируем их результатами упражнения «Яблоко и червячок». (Участники зачитывают свои ответы).

*Примерные ответы участников семинара.*

*Конкуренция: «Сейчас, как упаду на тебя и раздавлю!»*

*Избегание: «Вон, посмотри, какая там симпатичная груша!»*

*Компромисс: «Ну, хорошо, откуси половинку, остальное оставь моим любимым хозяевам!»*

*Приспособление: «Такая, видимо, у меня доля тяжкая!»*

*Сотрудничество: «Посмотри, на земле есть уже упавшие яблоки, ты их ешь, они тоже вкусные!»*

*Примеры ответов участников семинара.*

*Конкуренция: «Сейчас как упаду на тебя и раздавлю!»*

*Избегание: «Вон, посмотри, какая там симпатичная груша!»*

*Компромисс: «Ну, хорошо, откуси половинку, остальную часть оставь моим любимым хозяевам!»*

*Приспособление: «Такая, видимо, у меня доля тяжкая!»*

*Сотрудничество: «Посмотри, на земле есть уже упавшие яблоки, ты их ешь, они тоже вкусные!»*

Как бы нам не хотелось этого, едва ли возможно представить и, тем более, осуществить совершенно бесконфликтное взаимодействие между людьми. Иногда даже важнее не избежать конфликта, а грамотно выбрать стратегию поведения в конфликтной ситуации и привести стороны к конструктивному соглашению. Только переговоры, которые помогут выяснить истинные причины поведения, способствуют урегулированию взаимоотношений и установлению сотрудничества обеих сторон.

#### **Упражнение «Подарок» (5 мин)**

**Цель:** закрепление дружеских отношений между членами семьи.

- Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать («вручить») молча (невербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Пока все не получают подарки, говорить не надо. Все делаем молча.

#### **Обратная связь.**

- Что полезного получили, узнали сегодня на занятии?

- С каким настроением уходите?

#### **Домашнее задание:**

1. Прочитать информацию о возрастных особенностях детей и «Трудный ребенок» (электронный кейс для родителей «Семейные открытки»).

2. Участникам предлагается посмотреть мультипликационный фильм «Анатоль и кастрюлька».

#### **Занятие 4. «Трудное» поведение ребенка, навыки управления «трудным» поведением».**

**Цель:** развитие навыков конструктивного взаимодействия с несовершеннолетними.

#### **Задачи:**

-предоставить информацию о возможных «трудностях» поведения детей;

-способствовать пониманию родителями причин трудного поведения детей;

-повысить родительскую компетенцию в конструктивном взаимодействии с несовершеннолетними.

**Используемое оборудование:** ручки, фломастеры, карандаши, бумага.

**Приветствие. Вступление ведущего.**

- Объявление темы и цели интерактивного коррекционного занятия для семьи.

**Ход занятия**

**Организационная часть (5 мин).**

- Что интересного (нового, полезного) произошло в вашей жизни за последнее время?

**2. Обсуждение домашнего задания (10 мин).**

- Что вас радует в поведении вашего ребенка? Что огорчает?

- Что ребенка радует в поведении родителей? Что огорчает?

**Основная часть**

**Дискуссия на тему «Что такое «трудное поведение детей и подростков?» (15 мин.)**

**Цель:** формирование понятия «трудное поведение».

Участники делятся полученной информацией, которую получили в ходе подготовки домашнего задания по данной теме.

Рекомендуемые вопросы для дискуссии:

1. Что такое «трудное поведение» детей?

2. Причины «трудного поведения» детей в семьях?

3. Каковы эмоциональные реакции, мысли, действия взрослого на «трудное поведение» детей?

4. Как родителю справиться с трудностями своего поведения?

**Вывод:** «Трудное» поведение ребенка – не значит плохое. Трудным оно является для родителей. Взрослым нелегко принять подобное поведение и изменить его, и это может служить источником постоянных детско-родительских конфликтов. Ребенок, приходя в замещающую семью, часто бывает очень раним, не уверен в себе и не чувствует себя защищенным. Поведение ребенка, испытавшего насилие со стороны родителей и отвержение общества, порой бывает манипулятивным, подчеркнуто холодным или агрессивным. Для того чтобы строить новые отношения с ребенком, недостаточно одного желания любить его и заботиться о нем. Родители должны уметь справляться с трудностями его поведения, владеть методами воспитания, благодаря которым, в итоге, дети станут о себе лучше думать и у них появится чувство защищенности и уверенности.

**Упражнение «Стенка на стенку» (15 мин).**

**Цель:**

**Ход упражнения:**

Родители становятся напротив детей на расстоянии 10 шагов. По команде ведущего родители и дети делают шаг навстречу друг другу, отвечая поочередно на вопросы. Вопросы формируются в соответствии с возрастом несовершеннолетнего.

- За что вас хвалят (ли) родители?

- За что наказывают (ли)?

- Кто из друзей вас предал?

- Когда первый раз пробовали алкоголь? курение?

- Какую вещь без разрешения взяли у кого-либо? В магазине не оплатили товар?

- Какой поступок вызвал чувство стыда? вины?

**Осуждение:**

- Чем полезно упражнение?

- Какие чувства вызвало?

**Мозговой штурм: «Формы «трудного» поведения» (15 мин.)**

**Цель:** расширение представления у родителей о формах, причинах, последствиях «трудного» поведения детей и подростков.

**Процедура проведения:** методом мозгового штурма участники определяют формы «трудного» поведения детей и подростков, а также их причины и последствия.

Участники могут называть примеры из своего жизненного опыта, или подумать о своих опасениях в отношении ребёнка.

Рекомендуемые вопросы для дискуссии:

1. Какие формы «трудного» поведения вам знакомы и наблюдались у вас в детстве?

2. Каковы последствия подобного поведения?

3. Что поможет изменить «трудное» поведение?» (примеры из собственного опыта)

Комментарии для ведущего: чаще всего в список попадают следующие примеры «трудного» поведения: воровство, ложь, непослушание и негативизм, истерики, гиперактивное поведение, агрессия, отказ ходить в школу, «липнувшее» поведение, вспышки раздражения и гнева, использование нецензурных выражений, уходы из дома, манипулирование и пр. Следует различать формы «трудного» поведения от девиантного и делинквентного поведения. Девиантное поведение – это поведение людей, не соответствующее общепринятым ценностям и нормам. Например, алкоголизм, суицид, проституция, наркомания. Делинквентное поведение - противоправное, антиобщественное поведение индивида, которое несет за собой административную либо уголовную ответственность.

**Упражнение: Ролевая игра «Что делать родителю?» (практические задачи, 30 мин.)**

**Цель:** повышение родительской компетентности в понимании причин «трудного» поведения несовершеннолетних и эффективных способах разрешения подобных ситуаций.

**Процедура проведения:** Ребенок объединяется в пару с одним из родителей и исполняет роль отсутствующего родителя. Другой родитель играет роль ребенка с «трудным» поведением (задание формируется в зависимости от существующей поведенческой проблемы ребенка). Задание для «родительской» команды: обсудить и сформулировать возможные действия «родителей», позволяющие справиться с трудным поведением ребёнка.

*Обсуждение:*

- Что чувствовали в роли ребенка? Родителя?

Вывод: ведущий информирует участников о причинах трудного поведения детей и разрешении «трудных» ситуаций в поведении ребёнка, используя информацию. Существуют четыре основные причины серьёзных нарушений поведения детей. Первая – борьба за внимание. Если ребёнок не получает нужного количества внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия, то он находит свой способ его получить через непослушание. Вторая причина – борьба за самоутверждение против чрезмерной родительской власти и опеки. Родитель сталкивается с упрямством, своеволием, действиями наперекор. Смысл такого поведения для ребёнка –

отстоять право самому решать свои дела, и вообще показать, что он личность. И не важно, что его решение подчас не очень удачно, даже ошибочно. Зато оно своё, а это – главное! Третья причина – желание отомстить. Дети часто бывают обижены на родителей. Причины могут быть очень разные: разошлись мать с отцом, и в доме появился отчим; ребёнка отлучили от семьи (положили в больницу, послали к бабушке); родители постоянно ссорятся... Много и единичных поводов для обиды: резкое замечание, невыполненное обещание, несправедливое наказание. И снова в глубине души ребёнок переживает и даже страдает, а на поверхности – всё те же протесты, непослушание, неуспеваемости в школе. Смысл “плохого” поведения в этом случае можно выразить так: “Вы сделали мне плохо – пусть и вам будет тоже плохо!..” Четвертая причина – потеря веры в собственный успех. Может случиться, что ребёнок переживает своё неблагополучие в какой-то одной области жизни, а неудачи у него возникают совсем в другой. Например, у мальчика могут не сложиться отношения в классе, а следствием будет запущенная учеба, в другом случае неуспехи в школе могут привести к вызывающему поведению дома и т.д. Подобное “смещение неблагополучия” происходит из-за низкой самооценки ребёнка. Накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, он вообще теряет уверенность в себе. Он приходит к выводу: “Нечего стараться, всё равно ничего не получится” Это – в душе, а внешним поведением он показывает: “Мне всё равно”, “И пусть плохой”, “И буду плохой!” Важно знать, что основа самооценки закладывается очень рано, в самые первые годы жизни ребёнка, и зависит от того, как с ним обращаются родители. Потому что его образ себя строится извне; рано или поздно он начинает видеть себя таким, каким видят его другие.

#### **Игра «Дракон кусает хвост» (5 мин)**

**Цель:** эмоциональная разрядка.

Участники встают в шеренгу друг за другом. Первый игрок – это «голова» дракона. Последний – «хвост». Задача: «голова» должна поймать свой «хвост». Затем участники меняются местами. В качестве «головой» должен побывать каждый участник.

#### **Обратная связь.**

- Что было новым, полезным и важным в течение сегодняшнего занятия?
- Какую информацию планируете применять в своей жизни?
- С каким настроением уходите?

#### **Домашнее задание:**

1. Прочитать психотерапевтическую сказку «Условный рефлекс». (электронный кейс для родителей «Семейные открытки»).

#### **Занятие 5. «Учимся понимать друг друга».**

**Цель:** формирование у родителей представлений об эффективной модели воспитания.

#### **Задачи:**

- предоставить информацию о методах наказания и поощрения в воспитании детей;
- повысить родительскую компетенцию в эффективности метода поощрения.

**Используемое оборудование:** ручки, фломастеры, карандаши, бумага.

#### **Приветствие. Вступление ведущего.**

- Объявление темы и цели интерактивного коррекционного занятия для семьи.

#### **Ход занятия**



### **Организационная часть (5 мин).**

- Что интересного (нового, полезного) произошло в вашей жизни за последнее время?

### **2. Обсуждение домашнего задания (10 мин).**

- Как полученные знания используете и планируете применять в повседневной жизни?

### **Основная часть**

#### **Упражнение «Говорящие руки» (10 мин).**

**Цель:** эмоционально-психологическое сближение членов семьи.

**Ход упражнения:** Участники образуют круг. Ведущий дает команды, которые, члены семьи выполняют молча в образовавшейся паре. Варианты инструкций образующимся парам:

1. Поздороваться с помощью рук.
2. Побороться руками.
3. Помириться руками.
4. Выразить поддержку с помощью рук.
5. Пожалеть руками.
6. Выразить радость.
7. Пожелать удачи.
8. Попрощаться руками.

*Обсуждение:*

- Какие сложности вызвало упражнение?
- Как Вы думаете, на что было направлено это упражнение?

#### **Упражнение: «Угадай чувство» (15 мин)**

**Цель:** способствовать развитию навыков распознавания эмоционального состояния другого.

Участники по очереди вытягивают карточки с названиями чувств. Каждый должен мимикой и жестами показать, то чувство, которое написано в карточке. Остальные угадывают.

*Обсуждение:*

- Что легче, показывать или отгадывать чувства?
- Как эти навыки можно использовать в конфликтных ситуациях?

**Вывод:** в конфликтных ситуациях трудно справиться с чувствами и переживаниями. Могут помочь три «волшебных» вопроса: «Что с тобой происходит?», «Чего ты хочешь?», «Чем я могу тебе помочь?»

#### **Упражнение: «Поиск сходства» (20 мин).**

**Цель:** сплочение семьи через нахождение сходств у каждого ее члена.

**Ход упражнения:** участники должны написать на листе черты сходства (5 наименований) с каждым членом семьи. Это могут быть:

- внешние сходства;
- качества личности;
- поведение;
- привычки;
- мимика, жесты.

*Обсуждение:*

- Постараться подвести участников к мысли, что, хотя они все такие разные, сходства между ними гораздо больше, чем может показаться на первый взгляд.

**Упражнение: «Построимся» (5 мин).**

**Цель:** обучение умению распределять роли в команде, сравнивать себя с другим участником по схожим признакам.

**Ход упражнения:**

Ведущий: «Теперь мы посмотрим, насколько Ваши общие черты проявляются у каждого из вас в отдельности!». Задача участников – построиться в одну линию по росту. При этом нельзя разговаривать. Затем задание усложняется – им нужно построиться по дате и месяцу рождения, по длине волос, по отдаленности места проживания от колледжа, по цветам радуги в их одежде.

*Обсуждение:*

- Какую трудность испытали при выполнении упражнения?
- Какую роль Вы избрали для себя?
- Какая стратегия выполнения была наиболее эффективна?

**Упражнение: «Модель «Я» - сообщение» (20 мин).**

**Цель:** развитие навыка «Я – высказывания».

**Ход упражнения:**

Участникам раздаются карточки с фразами на языке «ты - высказывания». Необходимо переформулировать их на языке «Я – высказывания».

Ведущий:

Существуют две формы обращения: «ты - высказывания» и «я –высказывание».

*Ты – высказывания* часто нарушают коммуникацию, так как вызывают у ребенка чувство обиды и горечи, создают впечатление, что родитель всегда прав: «Ты всегда оставляешь грязь в комнате», «Ты никогда не выносишь мусор».

*Я – высказывание* – более эффективный способ изменения поведения ребенка в желаемую сторону. В то же время они сохраняют благоприятные взаимоотношения между людьми.

Модель «Я – сообщения» состоит из трех частей:

1. событие (когда..., если...);
2. личная реакция (я чувствую...);
3. предпочитаемый исход (мне хотелось бы, чтобы ...; я предпочел бы ...; я был бы рад...).

В общении может использоваться не полная, а укороченная форма я – сообщения («Мне хотелось бы, чтобы мы договорились о том, кто выносит мусор», «Когда я вижу грязные руки, у меня мурашки по спине бегают»). Первоочередная цель «Я – высказывания» - не заставить кого-то что-то сделать, а передать свое мнение, свою позицию, свои чувства и потребности; в такой форме другой услышит и поймет их гораздо быстрее.

*Обсуждение:*

- Какие чувства возникают, когда к вам обращаются с просьбой, используя «Я – высказывание»?

**Обратная связь.**

- Что было новым, полезным и важным в течение сегодняшнего занятия?
- Какую информацию планируете применять в своей жизни?

- С каким настроением уходите?

**Домашнее задание:**

1. Прочитать информацию «Пирамида родительского воспитания» (электронный кейс для родителей «Семейные открытки»).

**Занятие 6. «Мы строим крепкую семью».**

**Цель:** обучение новым позитивным моделям поведения.

**Задачи:**

- формировать способность в установлении близких, доверительных отношений;
- развивать эмпатию, умения сотрудничать и кооперироваться с членами семьи;

**Используемое оборудование:** конструктор, ручки, фломастеры, карандаши, бумага.

**Приветствие. Вступление ведущего.**

- Объявление темы и цели интерактивного коррекционного занятия для семьи.

**Ход занятия**

**Организационная часть (5 мин).**

- Что интересного (нового, полезного) произошло в вашей жизни за последнее время?

**Обсуждение домашнего задания (10 мин).**

- Как вас наказывали в детстве? Какое чувство возникало?
- За что поощряли и как?
- Как ваш ребенок хочет получать наказание и поощрение?
- Надо ли наказывать?

**Основная часть**

**Упражнение: «Построение круга» (10 мин).**

**Цель:** эмоционально-психологическое сближение членов семьи.

**Ход упражнения:**

Ведущий предлагает участникам построить ровный круг с закрытыми глазами. Участники закрывают глаза и начинают хаотично перемещаться по помещению (можно при этом издавать гудение, как потревоженные пчелы; это позволяет избежать разговоров, создающих помехи в выполнении упражнения). По условному сигналу ведущего все останавливаются в тех положениях, где их застал сигнал, после чего пытаются встать в круг, не открывая глаз и не переговариваясь, можно только трогать друг друга руками. Когда все занимают свои места и останавливаются, ведущий подает повторный условный сигнал, по которому участники открывают глаза. Как правило, построить идеально ровный круг не удается. Упражнение повторяется с учетом ошибок.

**Обсуждение:**

- Что помогло построить ровный круг?  
- Дать понять участникам, что в этом упражнении важна общая согласованность их действий.

**Упражнение: «Дом» (30 мин)**

**Цель:** осознание своей роли в семье, стиля поведения.

**Ход упражнения:** Ведущий дает инструкцию: «Ваша семья должна стать полноценным домом! Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором?»

Выбор за Вами! Но не забывайте, что Вы должны быть полноценным и функциональным домом! Постройте свой дом! Можно общаться между собой».

**Обсуждение:**

- Что помогло построить дом?
- Какую роль выбрали в «доме»?

**Вывод:** Каждая часть Вашего «дома» важна и нужна, каждая несет свою определенную функцию, без которой дом не может быть полноценным!

**Упражнение: «Подарок своей семье» (40 мин).**

**Цель:** осознание ценности своей семьи.

**Ход упражнения:**

Участникам предлагается наполнить пустой дом на листе ватмана «подарками для семьи». Ведущий: «Давайте подумаем, что каждый из вас мог бы подарить своей семье, чтобы жизнь в вашем доме была безопасной, а взаимодействие между вами стало еще эффективнее? Задание выполняется в виде рисунка или коллажа.

**Обсуждение:**

- Что является самым ценным в вашем доме?

**Обратная связь.**

- Что было новым, полезным и важным в течение сегодняшнего занятия?
- Что ценного получили от цикла коррекционных занятий?
- Что о себе как о родителях и о своей семье вы узнали?
- С каким настроением уходите?

**Вывод:**

Наш тренинг подошел к завершению. Помните, что Вы – единое целое, каждый из Вас – важная и необходимая, уникальная часть этого целого! Вместе Вы – сила!

Спасибо всем за участие!»

**Приложение к тренингу**

**Схема: «3 оптимальных решения» и квадрат Декарта, который также помогает проанализировать эффективность возможных решений.**

3 ВАРИАНТА ОПТИМАЛЬНОГО РЕШЕНИЯ		
ШАГ НАЗАД	ОСТАНОВКА	ШАГ ВПЕРЕД
- пересмотреть подход к решению;	- нарастить недостающие ресурсы;	- перейти на следующий этап реализации;
- пройти один или несколько этапов снова/ по-другому.	- подождать более благоприятных обстоятельств.	- перевести имеющиеся ресурсы в действия

Каждый из нас постоянно сталкивается с необходимостью принятия решений. Мы решаем, чем заняться вечером, куда пойти завтра после работы или учебы, какую специальность выбрать, с кем создавать семью, и т.д. и т.д.

И если простые решения даются нам относительно легко, то с серьезными -возникают определенные сложности. Чтобы поступать наиболее взвешенно в любой ситуации, рекомендуется использовать специальную технику принятия решений.

**Техника «Квадрат Декарта».**

Выдающийся французский философ, математик и ученый Рене Декарт предложил уникальную методику для принятия правильного решения вне зависимости от его сложности. Этот метод так и назвали: Квадрат Декарта.

<p>ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ ЭТО ПРОИЗОЙДЕТ?</p>	<p>ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ ЭТО НЕ ПРОИЗОЙДЕТ?</p>
<p>ЧЕГО НЕ БУДЕТ, ЕСЛИ ЭТО ПРОИЗОЙДЕТ?</p>	<p>ЧЕГО НЕ БУДЕТ, ЕСЛИ ЭТО НЕ ПРОИЗОЙДЕТ?</p>

Его суть, как и все гениальное, чрезвычайно проста. Для начала следует нарисовать этот самый квадрат Декарта на листе бумаги. Сделать это совсем не сложно: просто расчертите лист на четыре части. Когда художественная часть работы закончена, можно приступить к непосредственной технике принятия решения. Для этого ответьте на 4 вопроса. Квадрат Декарта, как техника принятия

решений, – это реально действующая методика, многократно подтвердившая свою эффективность.

### **Пример использования квадрата Декарта**

Для того чтобы понять, как работает данная техника в действительности, приведем пример человека, который хочет устроиться на новую работу.

Чтобы принять решение относительно того, стоит ли менять привычную и хорошо знакомую работу на что-то новое и непредсказуемое, следует ответить на уже знакомые нам вопросы, которых всего четыре.

#### **Что будет, если это произойдет?**

1. Я буду иметь более высокую зарплату.
2. Больше возможностей для личного роста.
3. Будет интереснее работать, так как эта сфера мне ближе.
4. Мне нужно будет изучать новые материалы.
5. Придется выходить из зоны комфорта, так как вначале будет сложно.

#### **Чего не будет, если это произойдет?**

1. У меня не будет привычной и размеренной жизни, особенно вначале.
2. У меня не будет проблем с деньгами.
3. У меня не будет комплекса вины из-за того, что я не использовал шанс, который мне представился.
4. У меня не будет долгов и кредитов.
5. У меня не будет медленной деградации личности.

#### **Что будет, если это не произойдет?**

1. У меня будет зарплата, которая не удовлетворяет всех моих потребностей.
2. У меня будет привычный образ жизни.
3. Будет постоянное беспокойство в связи с отсутствием перспектив.
4. У меня понизится самооценка из-за того, что я не решился на трудности для потенциального улучшения своей жизни.

#### **Чего не будет, если это не произойдет?**

1. У меня не будет стрессовых ситуаций, связанных с новой работой.
2. У меня не будет достаточно денег, чтобы обеспечивать свою семью.
3. У меня не появятся шансы на карьерный рост.
4. У меня не будет проблем с изучением новых материалов.
5. Мне не придется заводить новые контакты и выполнять множество формальностей в новом коллективе.

Применяйте ее в реальной жизни, и вы удивитесь тому, насколько очевидным покажется то или иное решение, которое до работы с квадратом Декарта, казалось чрезвычайно сложным.

## «ПИРАМИДА РОДИТЕЛЬСКОГО ВОСПИТАНИЯ»

1. Игра, общение
2. Похвала
3. Награда
4. Границы
5. Пауза
6. Последствия

Первый и основной пласт в родительской пирамиде - **ИГРА И ОБЩЕНИЕ**.

Играть и общаться с ребенком необходимо не просто часто, а постоянно.

### **Преимущества игры:**

- в игре происходит обучение;
- ребенок усваивает социальные роли, формирует ролевое поведение;
- развивается воображение;
- есть возможность больше узнать ребенка, пронаблюдать его в спонтанной деятельности;
- устанавливаются отношения доверия и партнерство;
- реализуются фантазии;
- наступает чувство комфорта и спокойствия;
- ребенок учится договариваться;
- развиваются лидерские качества;
- игра-конструктивное дело.

Для того чтобы игра и общение имели перечисленные эффекты, взрослому необходимо учитывать **принципы**, по которым происходит игра:

- соответствие возрасту и интересам ребенка;
- единые правила, выработанные вместе с ребенком;
- добровольность всех участников игры, общения;
- равноправие, партнерство;
- соблюдение последовательности в игре (начало, середина и завершение);
- эмоциональность, вовлеченность взрослого в игру;
- позитивность.

### **Второй пласт - ПОХВАЛА.**

Сразу за игрой и общением следует похвала, которая также применяется без ограничений. Похвала – это словесное поощрение ребенка. Ребенка необходимо хвалить как можно чаще. Именно похвала стимулирует и мотивирует ребенка, формирует его уверенность в том, что он поступает правильно. Благодаря похвале складывается позитивная самооценка, формируется позитивное отношение к делу и к другим людям, появляется интерес. При развитой системе одобрения ребенок начинает положительно относиться к взрослому, сам учиться хвалить, чувствует себя нужным, ощущает свою значимость. И именно таким образом складывается модель положительного поведения.

### **Похвала строится на определенных принципах:**

- своевременность похвалы (хвалить надо сразу же);
- искренность;
- похвалу всегда надо проговаривать, вербализовывать;
- при похвале выдерживать зрительный контакт на одном уровне;
- похвала за конкретные действия;

- похвала выражена позитивно;
- однозначность похвалы (без всяких, НО);
- похвалу усиливает присутствие зрителей.

#### Третий пласт - **НАГРАДА.**

Награда – значимое эмоциональное событие, осуществление желаний ребенка, освобождение от обязанностей. Виды наград: сладости, игрушки, подарки, совместный досуг. Награда может иметь бонусную систему. С ребенком нужно проговорить условия награды. Награда может предоставляться за работу, обязанности, обучение, поступки, поведение.

#### **Преимущества** похвалы и награды для ребенка:

- стимулирует позитивные изменения в поведении;
- подчеркивает значимость ребенка, повышает его самооценку;
- формирует положительный образ и повышает статус среди сверстников;
- способствует развитию положительных эмоций и опыта.

#### **Принципы** награждения, следующие:

- награда всегда дается после достижения по результату;
- необратимость награды (не забирать);
- условия получения и то, как ребенок будет распоряжаться наградой, следует обговаривать заранее, до вручения награды;
- награждение должно иметь церемонию, ритуал;
- награда должна соответствовать возрасту и поступкам.

Следующие три этапа пирамиды уже следует использовать с осторожностью, применять дозированно, строго по необходимости.

#### Четвертый этап - **УСТАНОВЛЕНИЕ ГРАНИЦ.**

Это разделение ответственности и наличие правил в семье. Границы появляются в процессе социализации, изначально ребенок не имеет собственных границ и устанавливает те границы, с которыми сталкивается в окружении взрослых. Из-за множества и различности условий ребенок может не осознавать границы – неуправляемых и непредсказуемых детей часто называют невоспитанными. Примером для установления границ, прежде всего, является взрослый, который определяет их для себя и ребенка. Если какие-либо границы уже простроены, то сложно их изменить. Чтобы изменить границы у ребенка нужно изменить в первую очередь свои убеждения и поведение. Отсутствие границ ведет к серьезным проникновениям в пространство другого человека – гиперопека, слияние ребенка и родителя, отсутствие самостоятельности. Слишком жесткие границы ведут к высокому уровню дистанции, отсутствию близких отношений, снижению контроля над поведением ребенка.

#### **Преимущества** установления границ:

- предсказуемость ситуации и безопасность;
- успешная социализация;
- самоорганизация;
- ответственность за себя и самостоятельность.

#### **Принципы** установления границ:

- равноправие, соблюдение границ всеми;
- соблюдение условий выполнения, четкость границ;
- соответствие возрасту;

- возможность изменений;
- обеспечение связи между системами (родительская, сиблинговая, супружеская – в семье).

**Правила эффективных указаний:**

- необходимо давать по одному указанию, давать время на осмысление и спрашивать, как понял. Чем младше ребенок, тем подробнее должно быть указание;
- указание должно быть конкретным, законченным, произнесено спокойным голосом в непротиворечивой форме без критики;
- указание должно соответствовать возрасту;
- необходимо осуществление контроля за выполнением указания и подкрепление похвалой.

**Пятый пласт пирамиды - ПАУЗА (игнорирование).**

Игнорирование - не обращать внимания на отрицательные действия ребенка: перерыв или пауза, которые даются ребенку, чтобы он успокоился. После чего можно вернуться к нужному разговору.

**Шестой пласт - ПОСЛЕДСТВИЯ.**

У ребенка должно сложиться понимание, что в определенном случае будут определенные последствия. Последствие (наказание) – это лишение чего-либо хорошего, вместо привнесения чего-либо плохого. Хорошее, что уже было или имело возможность быть. Взрослые (родители) при этом должны оставаться любящими, показывать ребенку, что он дорог! Ни в коем случае нельзя допускать оскорбление личности.

Если родители часто прибегают к последствиям, то необходимо разобраться в ситуации и вернуться на первый пласт «игра, общение».

**Разумная дисциплина** – это одно из необходимых условий развития ребёнка; для ребёнка одинаковый вред наносят как чрезмерно жёсткие требования и меры воспитания, так и вседозволенность, т.е. отсутствие всяческих правил, запретов и ограничений.

Дисциплина включает в себя установление правил, поощрение, наказание. Многие модели поведения усваиваются в общении с родителями. Основной задачей дисциплины не может являться беспрекословное подчинение взрослому; при постановке таковой цели возможны серьёзные негативные последствия.

Дисциплина должна способствовать пониманию ребёнком границ дозволенного и принятию им самостоятельных решений. Необходимо обсуждать с ребёнком существующие правила и ограничения, объясняя, для чего они нужны. При этом не требовать от него невыполнимого и хвалить за достойное поведение.

<b>Дисциплина</b>	<b>Наказание</b>
Может использоваться для предупреждения проблем	По факту случившегося
Воспитывает в человеке самоконтроль и ответственность	Перекладывает ответственность на кого-то, кто обладает властью контролировать поведение ребенка
Предлагает структуру отношений и дружескую опеку	Накладывает санкции и связано с применением силы
Учит, как правильно решать и предупреждать проблемы	Может остановить развитие неправильного поведения, но не учит, как правильно себя вести



Побуждает ребенка развивать способность к принятию решений и нести ответственность за принятые решения	Мешает учиться принимать собственные решения
Побуждает к желаемому поведению	Может способствовать неприемлемому поведению, если это единственный способ привлечь внимание взрослых
Цель – защита и воспитание ребенка	Часто игнорирует права ребенка и может стать причиной эмоциональной и физической боли
Может помочь детям в развитии самоуважения, уверенности в своих способностях, удовлетворении своих потребностей разумным путем	Может способствовать формированию заниженной самооценки, особенно если наказание унижает ребенка
Побуждает детей полагаться на внутренний контроль в соблюдении правил	Побуждает детей к выполнению правил только в присутствии лиц, облеченных властью
Способствует созданию сотрудничества между детьми и взрослыми	Усиливает отстраненность и страх

#### Приложение 5 к программе «Карточный домик»

### Информационно-просветительская работа с семьей «Семейные открытки»

#### 1. «Воспитание благодарности. Как научить детей чувствовать ценность того, что есть»

##### 8 фраз, которые стоит говорить ребенку ежедневно

*Благодарность — одна из базовых черт счастливого человека. Но как вырастить благодарного ребенка в нашем материалистическом мире? Обычных просьб говорить «пожалуйста» и «спасибо» недостаточно. Благодарность — это способность ценить то, что у тебя есть. Для того, чтобы привить эту способность, следует регулярно повторять эти упражнения.*

##### Подарки этого дня

Ежедневно, неважно, в какой момент дня, садитесь рядом с ребенком и перечисляйте вместе «дары» этого дня: моменты, события, впечатления, за которые вы благодарны. Это могут быть и люди, игры, угощения — что угодно. Главное — научиться смотреть на то, что с нами происходит как на подарок. Можно даже вести «Дневник благодарности».

##### День добротворения

Это один день в месяце, когда вы и ваши дети делаете что-то полезное для других: уборку двора, сбор вещей для благотворительных организаций, покупку корма для собачьего питомника. Это поможет детям понять важность того, что приятно не только брать, но и отдавать. Это важный компонент благодарности.

##### Ты помнишь...

Хорошие моменты нужно закрепить. Вспоминая приятные события дня, проговаривайте: «Ты помнишь, как тебе понравилось, когда...», «Как ты был рад, когда...»,

«Как ты был счастлив, когда...». И даже негативную ситуацию можно превратить в повод для благодарности, например, когда вы приготовили что-то, что ребенок отказывается есть: «Как это здорово, что мы не заставляем тебя есть то, что тебе не нравится!»

### **Ты — мой помощник!**

Если детям говорить это, они будут чувствовать, что их ценят, и действительно будут помогать, и стараться больше.

### **Ты — заботливый**

Частью способности быть благодарным является способность заботиться о других. Даже если ребенок делает что-то рутинное: убирает свои игрушки или ставит свою тарелку после еды в мойку, скажите: «Вот, какой ты заботливый!». Конечно, скажите еще и «спасибо», но похвалить их и поддержать в них мысль о том, что они внимательны, ответственны и заботливы — очень важно.

### **Чем мы можем поделиться сегодня с другими?**

То, что нам было давно известно, подтвердилось и научными исследованиями: маленькие дети счастливее, когда имеют возможность угощать и делиться с другими. Но больше радости им приносит тот подарок, который дорог им самим: сделан собственными руками или куплен на сэкономленные деньги. На самом деле, добрые слова тоже можно дарить. Можно поделиться угощением или игрушкой. Ваша задача — следить, чтобы это происходило (осознанно) хотя бы раз в день.

### **Нам так повезло!**

В любой момент дня вспомните, как вам повезло: что осталось четыре дня до выходных, что на ногах удобные и красивые башмаки, что в кафе есть свободный столик и мороженое.

### **Как здорово, правда?**

Это упражнение похоже на предыдущее, но лучше иногда просто менять фразу, для разнообразия. «Как здорово, когда вся семья пьет чай вместе, правда?» или «Как здорово, что у нас есть время поваляться на диване, правда?» или «Как здорово, что мы можем делиться мыслями и идеями, правда?»

Счастье — это не результат получения нами чего-то, чего у нас нет, это признание ценности того, что у нас есть. Поверьте, дети, особенно маленькие, не видят сколько ваших усилий стоит их комфорт и радостное детство. Но если вы будете регулярно упражняться с ними в том, чтобы замечать и ценить то, что они имеют, они обязательно научатся ценить ваш родительский труд и все то, что их окружает.

*Источник: themilitarywifeandmom.com.*

## **2. «Готовность родителей к школе: второй раз в первый класс»**

Готов или не готов? Возьмут или не возьмут? К весне страсти у родителей будущих первоклассников накалились. Сами родители переживают не меньше, чем перед своим поступлением в вуз, когда преследовал страх не набрать положенных баллов и провалиться.

О психологической готовности ребенка к школе есть достаточно много информации. Не хочется повторяться и изобретать велосипед. Немножко неожиданно, но хочется поговорить о готовности родителей пойти «второй раз в первый класс».

### Психологическая готовность

Как бы это смешно ни звучало, но поговорим о психологической готовности родителей будущих первоклассников.

Ваш ребенок идет в школу. Но готов ли он? Если все вокруг – и независимые, и школьные психологи твердят, что малышу лучше еще «дозреть» и пойти в первый класс в семь с хвостиком вместо шести с хвостиком... Может быть, есть смысл задуматься и послушать специалистов? Понятно, что вы настроились, что по всем статьям было бы лучше закончить школу в 16, а не 17 лет.

Особенно, если у вас сын, и ему в случае не поступления в институт «светит» армия. Но если ребенок начинает школьную жизнь раньше, чем будет к этому психологически готов, у него могут возникнуть серьезные проблемы с учебой, вплоть до полного отрицания школы, нежелания учиться, проблем с поведением из-за недостаточной «усидчивости».

Причем этот же ученик через год демонстрировал бы хорошую успеваемость и с удовольствием ходил в школу.

Подумайте сами, какой судьбы на ближайшие 10 лет вы желаете для своего ребенка? Да, отказываться от своих идеальных планов бывает достаточно сложно, но... настолько ли они идеальны?

То же самое касается и выбора школы. Положим, вы хотите отдать ребенка в самую «крутую» физико-математическую гимназию города. Может быть, потому что мечтали ее закончить сами, или даже учились в ней в свое время.

А сын считает тайком на пальцах, шевеля губами, но сносно сочиняет стишки и читает как пятиклассник. Адекватен ли выбор образовательного учреждения?

Пусть вы, умнейший математик, всех правополушарных пренебрежительно называете «гуманитариями», используя слово как синоним существительного «болтуны»... Но так получилось, что сфера талантов ребенка находится как раз в этой области. Пока он маленький, вам выбирать будет ли он успешным учеником в каком-нибудь литературном лицее или середнячком, ближе к концу в физмате. Ведь, как говорят, если оценивать рыбу по умению летать, а соловья по способности плавать – и тот и другой будут «дураки-дураками».

Конечно, может быть и рано говорить об этом, и не так важна ориентация на профиль школы в первом классе, эта проблема еще всплывет к пятому или седьмому классу. Но психологически комфортнее не скакать из класса в класс, а по возможности начать и закончить обучение в одной и той же школе. Особенно если ребенок испытывает сложности в общении и при вхождении в сформировавшийся уже коллектив.

Родителям очень важно научиться разделять «то, что МНЕ хотелось бы для ребенка» и то что «действительно будет лучше для ребенка». Да, безусловное счастье, когда в вашей семье эти два понятия идентичны.

### **3. «9 золотых правил, как общаться с подростком»**

Проблема, как общаться с подростком может возникнуть в любом возрасте ребенка. Кто-то переживает пубертатный период спокойно, практически незаметно для окружающих, другие же дети переносят данное время болезненно. Причем как для себя лично, так и для окружающих. В связи с этим для многих родителей актуальной становится проблема: как общаться с подростком 12, 13, 14, 15, а порой даже и 16 лет. Есть несколько достаточно простых, но действенных правил для этого!

#### **Как правильно общаться с подростком**

Первое, что нужно понять и принять: ребенок вырос. Он уже не так явно нуждается во взрослом, как младенец, но по-прежнему созависим со старшими. Это его и напрягает.

Также как и изменения в организме, естественные признаки взросления, социальные отношения с одноклассниками и масса других проблем.

Задача взрослого на данном этапе – помочь, а не усугубить.

А для этого надо понять, как правильно общаться с ребенком подростком!

### **Правило №1. Вспомнить о себе!**

В суеде детского возраста многие родители полностью отдаются жизни ребенка. Общие прогулки, общие занятия, общее время. Пора разделить. И вспомнить о себе. Это обеспечит два приятных момента:

- появится довольство собой – внешним видом, новыми знакомыми, хобби, увлечениями;
- уменьшится акцентирование на ребенке – снизится частота ссор, в доме настанет более мирная и приятная атмосфера.

Дополнительный бонус: довольные и увлеченные родители – пример восхищения и подражания любого подростка!

### **Правило №2. Не забывайте дышать!**

Если учитесь общаться с подростком, то первым делом запомните это правило. Дыхание. В начале любого разговора нужно физически глубоко вдохнуть. Обязательно.

При этом неважно, назревает ругательная беседа или лирическое общение – просто вдох. А потом диалог.

Зачем? Насыщение мозга кислородом даст заряд позитива и поможет реагировать без раздражения на разные мелочи и оговорки.

### **Правило №3. Принять подростка таким «какой он есть»**

Или она. Это неважно.

Советы, как общаться с девушкой подростком и с юношей не сильно разнятся.

Но принять выросшее чудо – прямая обязанность любого родителя. Любим.

Да, колючий. Да, резкий. Да, хочет дреды и татуировку. Но это его становление и развитие. И яркость жизни сейчас ощущается особенно сильно – даже без всяких сфер жизненного баланса.

Поэтому просто принимайте и поддерживайте – «и в горе, и в веселье».

### **Правило №4. Соглашайтесь с желаниями**

Подросток хочет видеть во взрослом партнера. Который принимает, понимает и одобряет его. И главное, который всегда поможет. Это может выражаться в любых мелочах. Например, приходит ребенок домой и просит: «Мама, налей мне чаю, пожалуйста». Он может и сам, но ему важно участие мамы даже в этом мелком жизненном моменте.

Конечно, это не значит, что надо срывать и бежать к подростку по первому требованию. Но выполнять некоторые его желания можно и нужно. Приятный бонус: при наличии поддержки в мелочах, ребенок, возможно, не станет опускаться до категоричного поиска внимания. А это значит, есть шанс избежать требований «хочу пирсинг на лице», «дырку в ухе», «зеленые волосы по всему телу».

### **Правило №5. Любовь – простая и безоговорочная**

То, что это любимый ребенок, ваш ребенок, нужно напоминать себе постоянно. Особенно, когда начинаются проблемы и подросток не хочет общаться с родителями. Общаться он не хочет не потому, что родители плохие или не нужны. Нет.

Просто в данный момент времени для него важнее другое: новый фильм, высказывание одноклассника, потребность в одиночестве или творчестве.

Почему нужно вспоминать именно о любви? Потому что любимому человеку мы готовы многое прощать – даже безделье и безынициативность. Так и тут. Просто любите, понимайте и по возможности прощайте мелкие прегрешения.

#### **Правило №6. Рассказывайте о себе**

Подростковый возраст тем и хорош, что можно обсуждать все. Своего начальника и роман подчиненных на работе. Финансовые отношения с банками и смешные события на улице. Почему это нужно делать именно взрослым? Чтобы сохранить связь с ребенком.

На ваш вопрос «как прошел день», ответ в лучшем случае будет «нормально». Потому как свое мнение на события подросток ваш уже высказал там, где хотел, и тем, кому хотел. Повторяться у него нет желания. И не ждите тут волшебного рецепта, как общаться с сыном или дочкой подростком.

Лучше расскажите про ваш день и ваши события. Это даст понять подрастающему ребенку, что в доме рады любым обсуждениям. И его услышат сразу, как он этого захочет.

Бонус: опосредовано через рассказы можно ненавязчиво формировать мнение подростка по разным темам, высказывать негативные и позитивные реакции на разные события. То есть воспитывать.

#### **Правило №7. Осваивайте новые горизонты**

Это самый классный и интересный пункт.

Суть его такова: интересы родителей ребенок изучал до своих лет 10-12. Сейчас у него формируются собственные. И само-то родителям ими заняться.

Пусть дочь или сын расскажет о тенденциях музыки и научит играть вас, родителей, на гитаре. Или увлечет хоккеем. А, может, вы вместе начнете играть в компьютерную игру. Новая растущая и развивающаяся личность – это же ищите точки соприкосновения, и в семье не будет разлада.

Приятный бонус: можно открыть для себя действительно что-то классное и удивительное. Так здорово!

#### **Правило №8. Тыл – это дом**

Всегда. Безоговорочно.

Дома можно отдыхать, психовать, беситься, смеяться и плакать. Никто не осудит, не наругает, не накажет. Дом – это тыл, куда всегда можно прийти.

Это должен знать и понимать каждый подросток, а задача родителей поддерживать это понимание максимально возможное время.

#### **Правило №9. Самостоятельность +**

Всегда давать чуть больше самостоятельности, чем надо. Это поможет избежать насильственного расширения горизонтов и массы проблем.

Пусть мама/папа предложат сделать на лето ирокез, самостоятельно доехать до другого города к бабушке или починить сложную технику. Чем больше возможностей дается подростку, тем меньше он требует и митингует.

Как общаться с подростком? Сложно? Нет. Если делать все осознанно, вдумчиво и понимать: данный вредный и тяжелый возраст когда-нибудь закончится!

#### **4. «Как помириться после ссоры: 5 эффективных шагов»**

Сделайте первый шаг к примирению!

Народная поговорка гласит: «Милые бранятся – только тешатся». Однако ссоры на самом деле могут быть серьезными и затяжными. Неважно, с кем вы поругались – с мужем, мамой или лучшей подругой – сделать шаг к примирению бывает очень трудно, а

простого «извини» – мало. Как же помириться с близким человеком? Мы предлагаем 5 шагов, пройдя которые, вы быстро сгладите конфликт.

### **Как люди реагируют на ссору**

Известно, что некоторые люди чувствуют себя комфортно в напряженном состоянии. Они могут бесконечно говорить о проблемах и выяснять отношения. Другие, наоборот, избегают конфликтов любой ценой. Третьи хотят решить проблему немедленно, они должны как можно скорее убедиться в том, что все в порядке (даже если все на самом деле плохо). Четвертые отказываются взять ситуацию под контроль и заканчивают любую ссору одинаково – молчанием.

Исследование показывает, что мужчины и женщины по-разному реагируют на конфликт. Журналисты из американского издания «Personal Relations» проанализировали ситуацию в 62 культурных регионах и выяснили, что мужчины избегают негативных эмоций и конфликтов чаще, чем женщины. Пара слов о примирительном сексе: мужчины обожают его. Женщины? Не очень. Согласно исследованию, мужчины после ссоры более возбуждены и часто используют секс для снятия напряжения. Женщины, напротив, переживают ссору даже во время занятий сексом, поэтому чувствуют себя некомфортно.

**Психологи выделяют пять шагов, которые помогут помириться с близким человеком.**

#### **Шаг 1. Подождите разговаривать**

Проговаривать проблему бесполезно, пока другой человек еще на взводе. Даже если вы сразу скажете: «Извини, я была неправа», а ваш близкий согласится с этим, эмоции будут продолжать бурлить и скоро конфликт вновь обострится. Поэтому стоит выждать время, пока страсти не улягутся, затем спокойно скажите, что хотите поговорить. Если ссора была действительно жаркой, постарайтесь поговорить в общественном месте, например, за ужином в ресторане, а не дома. Смена обстановки только сыграет вам на руку. Также психологи советуют быть осторожными и постараться не вести примирительных разговоров на глазах у детей.

#### **Шаг 2. Откажитесь от мысли, что вы правы**

Постарайтесь не сосредоточиваться на деталях ссоры. С вашей точки зрения вы все равно будете правы, даже если на самом деле это не так. Вместо этого сконцентрируйтесь на чувствах другого человека. Он ведь обижен ровно настолько же, насколько и вы, и тоже думает, что он прав.

#### **Шаг 3. Отзеркальте позицию другого человека**

Произнесите вслух, что вы понимаете, как он себя чувствует. Это помогает сфокусироваться на его нуждах. Представим, что вы пошли на вечеринку без мужа, а он обиделся на вас. Скажите: «Мне очень жаль, что вчера я пошла гулять без тебя. Я понимаю, что тебе обидно». Многие люди не хотят извиняться, потому что они не хотят признавать, что сделали что-то не так. Хорошей попыткой помириться будет фраза: «Прости за то, что расстроила тебя. Я не вижу ничего плохого в том, что пошла на вечеринку без тебя. Правда, лучше бы я этого не делала, потому что не хочу, чтобы ты расстраивался». Главное, никогда не используйте слово «но». Фраза «прости, но...» ставит под сомнение всю инициативу.

#### **Шаг 4. Не обижайтесь на партнера за его реакцию**

Если вы извинились, а он сказал, что вы действительно плохо поступили, просто кивните головой. Основная цель – принять на себя ответственность за то, как вы заставили почувствовать себя другого человека.

**Шаг 5.** Объясните, что вам не все равно

А также скажите, что вы готовы изменить свое поведение. Смотрите обиженному в глаза, обнимите его или прикоснитесь к его руке. Примите тот факт, что ему потребуется время на то, чтобы «отойти». Старайтесь быть чуткой и внимательной. А через некоторое время удостоверьтесь, что вы все делаете правильно, спросив об этом прямо.

**Шаг 6,** запасной

Если ссора приобрела угрожающие масштабы, постарайтесь привлечь третью сторону, которая могла бы вас помирить. Если вы поругались с мужем, это может быть друг семьи, если с мамой – папа. Главное, чтобы это был человек, который в равной степени любит вас обоих. Он сможет выслушать обе стороны, со своей высоты увидеть, где оба правы, а где виноваты, и сгладить конфликт. В том случае, если ссора очень серьезная, можно обратиться к психологу. Скорее всего, вам понадобится только один прием, главное, не ходить туда в одиночку, а отправиться к нему вместе с тем, кого вы обидели, и кто обидел вас.

## **5. «10 простых правил, как прекратить вражду между детьми**

### **Что делать если братья и сестры в семье бесконечно ссорятся»**

*Во многих семьях каникулы — тот период, когда дети не просто больше времени проводят вместе, но и больше дерутся, хамят и троллят друг друга. Если за время праздников вы поняли, что больше не можете справиться с детьми, прислушайтесь к нашему постоянному автору Ксении Букше. Ориентируясь на опыт своей семьи с тремя детьми, она объясняет, что делать, чтобы в доме царили мир и покой. (Ксения Букша).*

#### **1. Дети не разберутся сами**

Для многих животных, если они живут на одной территории, естественно её делить. Но люди сложнее котиков, поэтому делёж у них не такой буквальный и правила не такие чёткие. Невозможно определить раз и навсегда, кто сильнее, и перестать драться. Каждый воюет своим оружием: один врежет, другой наябедничает, один «незаметно» заденет башенку и насладится гневом другого.

Иногда родители говорят: «Не будем вмешиваться, пусть сами разбираются». Но обычно, если дети «разбираются сами», это примерно то же самое, что самостоятельная разборка котиков: сила и хитрость, когти и клыки. Чтобы дети разобрались по-человечески, им нужно усвоить человеческие правила и законы. Кто может их дать? Только родители.

#### **2. Драки и склоки — это не норма**

Некоторые (особенно папы) говорят: «Дети часто лупят друг друга», «Это нормально, вот мы с братом дрались — и выросли близкими людьми». Да, некоторым везёт. Но и обратных примеров полно.

#### **Марта, 26 лет:**

«Мы не особо дружим с сестрой, хотя у нас всего два года разницы. Она была любимчиком, а от меня только требовали. Она меня дразнила, я её дёргала за волосы, а наказывали только меня».

#### **Настя, 12 лет:**

«Брат постоянно меня пинает, а родителям всё равно. Говорят, ты сама его дразнишь. Скорее бы он в армию ушёл».

Если мы хотим построить правильные отношения между братом и сестрой, ими надо управлять. Насколько активно — зависит от конкретного случая.

### **3. Стиль отношений важнее всего**

Если папа раздаёт подзатыльники — запрет на драки между братьями не подействует. Если мама кричит старшей «достала!» — старшая скажет это младшей. Если все каждый день говорят друг другу «доброе утро» и «приятного аппетита», встречаются и провожают у дверей, целуют на ночь, агрессии будет в целом меньше. Культура уважения друг к другу в семье действительно помогает.

### **4. Быть братом или сестрой — это круто!**

Важно каждый день — это профилактически подчёркивать. Просто так, без повода: «Как здорово, что у Коли есть ты — старший брат, такой сильный и умный!», «Как хорошо, что у меня вас двое (семеро)!», «Правда, она миленькая? И ты, и ты очень милый!». Начинать лучше до всяких конфликтов, а если их много — улучать спокойную минутку.

Честное слово, это работает. Я опробовала это на своей семье дважды: когда у старшего (тогда семилетнего) сына родилась маленькая сестрёнка и когда спустя два года у детей появилась почти десятилетняя приёмная сестра.

### **5. Меньше контактов — меньше конфликтов**

Если дети постоянно враждуют, их не стоит оставлять наедине друг с другом. Так будет не всегда. Но пока так: мама на кухню — детей с собой. Можно специально организовывать их игры вместе, а если не могут играть мирно, то пусть проводят время по отдельности. Смогут и вместе, когда подрастут. А пока чем меньше контактов, тем меньше конфликтов.

Иногда есть смысл почаще разделять детей: один на кружке, а другая дома с мамой. Если родителей двое, можно даже гулять по отдельности. Чем меньше у детей поводов для конфликта, тем легче выстраивать их отношения. А потом уже понемногу сводить их, контролируя совместную игру, и смотреть, что получается.

### **6. Если происходит драка — дети расходятся**

Как только дети начали конфликтовать или драться — тут же разводим их подальше друг от друга. Есть чёткое правило: если происходит драка или яростная перепалка, обиды, слёзы — дети расходятся и какое-то время не играют вместе. При этом не имеет смысла ругать детей и вообще проявлять эмоции. Это как закон природы: сцепились — разошлись. Постепенно периоды спокойной игры будут становиться длиннее. Дети дорожат общением и готовы учиться его правилам.

### **7. Нужны чёткие критерии недопустимого**

Должно быть чёткое разграничение, что именно выходит за рамки допустимого в вашей семье. В зависимости от возраста и характера проблем в разных семьях это будут разные вещи. Например, если у нас есть два активных драчливых брата трёх и пяти лет — то, скорее всего, будет правило «не делать друг другу больно, не кусаться». Потому что не драться они не смогут, им хочется повозиться. Важно соизмерять усилия.

А для брата и сестры 10-12 лет подойдёт правило «не трогать друг друга» (в смысле не толкаться, не хватать за руки) и «не трогать чужие вещи без разрешения».



Если главная проблема — хамство или желание задеть друг друга, нужно постараться понять, как происходят конфликты, и тоже установить правила.

### **8. Не должно быть правых и виноватых**

Как правило, лучше не назначать виноватого, даже если зачинщик как будто бы всегда один. Драчун или хам так же нуждается в нашей помощи, как и слабый ребёнок. Не нужно говорить: «А ну-ка прекрати бить Гошу». Дети должны слышать от вас: «Не деритесь!», «Не ссоримся! Живём мирно!». Иначе драчун укрепитесь во мнении, что он — отверженный, паршивая овца, и ему ничего не остаётся как продолжать и дальше выступать в этом амплуа.

### **9. Ябедничать — не всегда плохо**

Если детей можно оставлять наедине в комнате или даже в квартире, хорошо бы разрешить каждому из них ябедничать. Точнее — рассказывать родителям свою версию событий. Ябедничество не должно считаться чем-то плохим, если за ним не следует наказание. А мы наказывать не собираемся. Нам просто нужно знать, что происходит, и слышать голоса всех участников конфликта.

Это защитит и слабого, и сильного ребёнка. Если они понимают, что родитель всё равно узнает, они лишней раз подумают, прежде чем лупить, подначивать, дразнить друг друга.

### **10. Должно быть меньше поводов для ссор**

Вернёмся к началу. Люди — животные. Они чаще конфликтуют, если им многое приходится делить. Время родителя или время с игрушкой. Пространство (комнату). Какие-либо права или блага. Понятно, что не всегда есть возможность дать каждому свою комнату или даже свой угол. Или купить каждому свой планшет. Но будем стараться обособить детей по максимуму.

Смешной пример: у нас в семье канцелярские принадлежности обмотаны ленточками разных цветов — у одного ребёнка жёлтой, у другого — зелёной, у третьего — синей. Некоторые игрушки общие, а некоторые — личная собственность, и чтобы в них поиграть, надо попросить разрешения у владельца.

Может быть, это звучит странно, ведь многие семьи живут иначе, и у всех детей все игрушки общие. Но, по моему опыту, чем меньше у детей вынужденных взаимодействий и конкуренции за ресурсы, тем больше у них желания мирно играть вместе.

Вот такие предложения — в чём-то банальные, в чём-то спорные. Но, как мне кажется, они могут здорово помочь сохранить в доме мир.

*Фото: Unsplash (Kelly Sikkema). Гифки: giphy.com.*

### **6. «Как успокоить нервы: снять напряжение и стресс»**

Как снять стресс и нервное напряжение в домашних условиях — один из самых актуальных вопросов. Усталость накапливается на работе, во время учебы, при излишне интенсивном общении окружающих... Причины для стресса у всех разные, но снимают негативные эмоции обычно дома. Альтернативные варианты — спорт, шопинг, путешествия — рассматривать не будем, так как не у всех есть возможность использовать эти методы. А вот советы и способы от психолога — как снять стресс и усталость — рассмотрим. Всего их будет 14. И использовать их может абсолютно каждый.

#### **Как быстро снять напряжение и стресс: 14 необычных способов**

Много рассуждать не будем. Просто читайте!

### **1. Расческа: как снять стресс и нервное напряжение женщине**

Долгие расчесывание длинных волос, которым учили девочек бабушки и мамы – необходимость, а не блажь. Оказывается, за день неподвижного сидения на рабочем месте, а также в ситуации сильного стресса ответственные за мимику мышцы напрягаются очень сильно. Голова от этого становится «тяжелой». Могут даже начаться головные боли.

Один из действенных средств минимизации влияния стресса – расчесывание волос, желательно массажной щеткой. 100-200 раз в неспешном режиме или просто в течение 5-20 минут. Процесс нормализует кровообращение, снимет мышечный спазм, **снимет тревожность**.

### **2. Бананы и мороженое: как снять стресс ребенку и себе**

Вкусняшки – для улучшения настроения!

Привести настроение и нервные клетки в норму поможет богатая омега-3 жирная рыба, а также мороженое, бананы.

### **3. Самомассаж – снимает стресс и поднимает настроение**

Вернуть энергию и силы поможет самомассаж. Достаточно просто полминуты помассировать точки меж бровями, а также под нижней губой или над верхней и по центру ладони.

### **4. Растереть руки: как просто снять тревогу и стресс**

Избавить себя от нервных перегрузок и снизить градус стресса поможет простое упражнение. Нужно сильно и быстро начать тереть ладони – кожа от интенсивных движений должна нагреться. Это поможет повысить сосредоточенность на конкретном занятии, вернуть себе бодрость и хорошее настроение. Аналогичный эффект дает растирание ушей.

### **5. Душ против стрессов и конфликтов**

Не знаете, как можно снять стресс, идите в душ. Всего четверть часа под тепло-горячей водой, и негативные эмоции схлынут. Вода смывает все проблемы, особенно если направить душ на голову, спину и плечи.

### **6. Перемещение предметов – восточная методика**

Ищите, что помогает снять стресс, попробуйте восточную практику. Она рекомендует в период сильного эмоционального напряжения, пройтись по дому и переместить 27 вещей. Считается, подобное действие освобождает место для циркуляции правильной энергии.

Кроме того, метод помогает отвлечься от текущей ситуации и просто отдохнуть.

### **7. Бег по лестнице: как снять стресс за 1 минуту**

Самое простое снимающее стресс упражнение – 30-секундный марафон вверх/вниз по лестнице. Физическая активность усиливает приток кислорода к мозгу, в том числе и к тем участкам, что отвечают за контроль эмоций и удаление стресса.

### **8. Краски: когда надо снять стресс**

Раскрашивание и штрихование рисунков в стрессовых ситуациях помогает успокоиться и повысить производительность труда в 3-5 раз. Действию достаточно уделить 2-3 минуты, чтобы вернуться в норму.

### **9. Каркае от стресса**

Алкоголь не снимает стресс! А вот чай с плодами гибискуса вполне. Тревожные чувства и паника тесно связаны с избытком радикалов. Гибискус снижает концентрацию радикалов, и таким образом помогает бороться со стрессом.

### **10. Разминка: когда нужно снять стресс**

Лекарство от стресса – простые упражнения. Даже минимальная зарядка способна повысить эластичность и подвижность мышцы плеч, шеи и спины, избавить от головных болей и плохого настроения.

### **11. Уборка**

Как люди снимают стресс? Прибираются!

Упорядочивание вещей приводит в порядок не только предметы, но и мысли. Эффект от уборки силен, так как порядок в доме частично проецируется и на ситуацию в жизни – человек становится спокойнее, настроение улучшается.

### **12. Минута на размышление поможет расслабиться и снять стресс**

Если остаться дома одному не получается, попросите у домочадцев буквально несколько минут тишины и покоя. Хорошая музыка, любимое лакомство, удобное кресло – и ощущения от жизни изменятся.

### **13. Ароматы**

Запах – отличный **«якорь»**. Если есть аромат, напоминающий о минутах пережитого счастья, восторга, блаженства, то он может вернуть ощущение этого времени. Возможно даже надолго.

### **14. Танцы**

Снимающую стресс музыку и песни стоит дополнить танцевальными па. Танцы отлично снимают стресс – воспринимаются как развлечение и источник радости.

Также стресс отлично снимает сон, общение с любимыми людьми, хорошее кино и все приятные занятия. Минутка отдушины и покоя, и настроение снова в норме.

## **7. «Кризисы семейной жизни: признаки и пути преодоления»**

Как пережить сложный период.

С какими трудностями может столкнуться семья, как справиться с проблемами и сохранить отношения, рассказывает известный психолог Анетта Орлова.

### ***Кризис первого года***

Брачное свидетельство на руках, два «Я» образуют «МЫ». Начало семейной жизни — это очень сложный период: два человека со своими установками, ожиданиями, стереотипами, границами и жизненным опытом начинают создавать и осваивать общее пространство. Именно в этот период молодые супруги должны заключить договор, часто молчаливый, о том, кто и за что отвечает, кто и что делает. Этот договор действительно необходим, так как у мужа и жены теперь огромное количество задач.

Очень многое на этом этапе зависит от психологической готовности партнеров к семейной жизни, которая включает в себя широкое поле разнообразных связей и ответственностей. Спорных вопросов тут много: от момента рождения детей до вариантов проведения свободного времени, от взаимодействия со старшим поколением до распоряжения семейным бюджетом.

На этой стадии возможны конфликты, связанные с определением типа семьи. Мужа может устраивать классический вариант: он добытчик (неважно, что у него зарплата меньше, чем у жены), а значит, мыть посуду и готовить должна супруга. Ее же может

привлекать эгалитарный тип семьи, где оба имеют равные права, строят карьеру и совместно занимаются домом и детьми.

Преодоление кризиса зависит от того, насколько партнеры готовы договариваться и разрешать конфликты. Очень важно, чтобы у них было ощущение взаимопонимания, эмоционального единства, чувство любви и симпатии. Обычно сексуальное влечение на этом этапе помогает преодолеть все турбулентные зоны.

**Совет:** самое главное на этом этапе — установка супругов. Им легче договориться, если есть внутренняя установка на сохранение брака. Если же установка на избегание проблем, то получается больше соперничать, чем сотрудничать. На этом этапе семейной жизни надо стремиться развить эмоциональный контакт, смотреть на ситуацию не только с собственной позиции, но и позиции другого человека, и с третьей позиции, то есть со стороны.

Перемещение по трем позициям помогает быть нейтральным, соблюдать баланс и предотвращать неконструктивные конфликты. Важно говорить и о своих негативных переживаниях, делиться тем, с чем согласны, а с чем не можете согласиться. Однако определяющее значение играет форма подачи информации партнеру. Важно избегать претензий, укоров и жесткой критики — отрицательные эмоции снижают выработку эндорфинов, а значит, и влюбленность уже ощущается не так ярко и страстно.

#### ***Кризис при рождении ребенка***

На фоне радости от счастливого известия у супругов возникает тревога: а как все будет дальше? Мужчина переживает, сможет ли прокормить семью и быть хорошим отцом. Женщина боится, что после родов потеряет привлекательность в глазах партнера.

Родившийся ребенок сближает супругов и одновременно отдаляет их друг от друга. Часто мужчины в первое время боятся близости с женой, что отражается на качестве сексуальной жизни. Супруга после родов внимание отдает малышу, а партнер чувствует себя брошенным. У жены такое же ощущение: она оставлена мужем, одна с ребенком, начинает подмечать инфантильные черты партнера, это вызывает у нее раздражение. У обоих супругов может возникать ощущение, что закончилось что-то очень яркое и светлое, праздник остался в прошлом, прежней жизни никогда не будет.

Если появление ребенка не привело к отчуждению между супругами, их отношения стали ближе и теплее, значит, сложности позади. Но бывает, что жизнь в этом периоде складывается по-другому: мужчины могут изменять и даже не скрывать свои приключения. Таким образом они хотят привлечь внимание к своей персоне, надеются, что на смену скандалам придет примирение. Это очень опасная тенденция, часто в конечном этапе приводящая к разводу.

**Совет:** помните, на этом этапе у вас есть еще один ребенок, причем подросткового возраста — ваш муж. Ваше постоянное внимание к малышу он воспринимает как измену, пусть и не признается в этом даже самому себе. Постарайтесь больше его хвалить, проводить время вместе, обсуждать вопросы, связанные с его интересами. Не выключайтесь из социума, не замыкайтесь исключительно на материнской роли.

Это не означает, что надо быть равнодушной к нуждам ребенка, просто по возможности не теряйте свою внутреннюю Женщину. Вовлекайте мужа в общение с ребенком постепенно, без нажима, и обязательно поощряйте его старания. Обратитесь к близким за помощью: хотя бы один раз в неделю, на пару часов, но вам важно оставаться вдвоем, без детей.

Наряду с детско-родительскими отношениями должны сохраняться супружеские. Очень важный момент — постепенно, без фанатизма, но постарайтесь вернуться к прежней физической форме. Мужчины, которые приходят ко мне на прием и жалуются на сложности в отношениях с женой, очень часто переживают, что супруга с рождением ребенка перестала следить за собой.

Появление второго малыша переводит семью на новый этап. Этот период, возможно, и не станет кризисным, но некоторые сложности все-таки будут. С рождением каждого последующего ребенка могут возникать аналогичные моменты, просто со вторым ребенком они ярче. Вы принесли своему первенцу из роддома братика или сестричку — и между детьми сразу же начинается соперничество. Старший чувствует, что его свергли с трона, ревнует, да так, что начинает болеть, только бы на него обратили внимание. Родителям придется приложить много усилий для достижения мира и покоя в семье.

### ***Личностные кризисы***

Помимо кризисов семейных, каждый из супругов переживает и собственные кризисы, в частности, известный многим кризис среднего возраста. Кризис середины жизни возникает, когда основные сложности, связанные с периодом молодости, разрешены, освоена профессия, есть определенные достижения или их отсутствие. Семья создана, дети растут.

В возрасте 35-40 лет каждый из партнеров начинает осмысливать, а тот ли путь он выбрал, с тем ли человеком? Доволен ли он своей жизнью или надо что-то менять? У мужчин эти вопросы обычно стоят острее. Результаты размышлений часто становятся спусковым крючком для семейного кризиса. Поменять хочется многое, но это не всегда возможно. Жизненная перспектива становится более обозримой и ограниченной. В такие моменты подростки как раз стремятся обособиться, чем создают много сложностей родителям, отчаянно нуждающимся в стабильности.

### ***Равноправие двух «хочу»***

С возрастом у супругов возникает страх: неужели всю оставшуюся жизнь придется выполнять прописанные когда-то роли, делать то, что надо, то, что от тебя ожидают, а не то, что хочется? А ведь молодость в самом разгаре! Человек примеряет на себя свободу и независимость, это иногда приводит к разводам. Часто в данный период возникает конфликт двух «хочу»: хочу иметь семью — хочу быть свободным.

Если в подобной сложной ситуации один из партнеров принимает решение родить ребенка, чтобы все улучшить, то обычно это приводит к негативному результату — ведь с его появлением «надо» и «должен» усиливается и увеличивается.

**Совет.** Что поможет выйти из кризиса? Высокий уровень понимания проблем близкого человека, глубокая заинтересованность в нем. Кроме того, важно не обвинять, а поддерживать, уметь заняться собой, а не концентрироваться полностью на проблеме и на супруге. Надо найти точки опоры, чтобы получать положительные эмоции: оптимистичную и позитивную подругу, занятия спортом, повышающие уровень эндорфинов в крови, что дает ощущение молодости и активности.

### ***Кризис пустого гнезда***

Многие семьи в большей степени фокусируются на детско-родительских отношениях. В таких семьях стабильность семьи зависит от того, живут ли дети с родителями или отделились. Если дети покидают родительский дом, если они становятся самостоятельными и не дергают постоянно папу и маму, то родители остаются один на

один друг с другом. В эти моменты начинают проявляться те взаимные претензии и накопленные годами недовольства, которые раньше партнеры игнорировали. Бывает, мужчина ощущает явное снижение сексуальной функции и пытается за счет более молодой женщины повысить самооценку.

Чтобы избежать этого, важно на протяжении жизни развивать не только детско-родительские отношения, а именно супружеские: проводить время вдвоем, заботиться друг о друге, хвалить. Если все это было, то после «вылета птенцов из гнезда» между мужем и женой возникает особенная близость и теплота. Тогда эту стадию называют ренессансом отношений. Часто муж и жена ради сохранения прежней стабильности стараются не отпустить уже взрослых детей от себя, включаются в решение их проблем. В это же время у женщины может возникать менопауза. Родители супругов, люди преклонного возраста, начинают болеть. То есть партнеры переживают ощущение потери.

**Совет:** на этом этапе важно не потерять заинтересованность в близком человеке и в самом себе. Необходимо пересмотреть собственные взгляды. Во-первых, полезно принять свои чувства и отнестись к ним с уважением. Грусть в этот период — абсолютно нормальная реакция, но зачем в нее полностью проваливаться? В это время можно исполниться гордостью и самоуважением, ведь вы вырастили детей, они стали полноценными самостоятельными личностями. Подумайте об этом, ситуация предстанет перед вами в другом свете.

Создайте для себя как можно больше разных планов: как личных, так и профессиональных. Это потрясающий период для новых горизонтов. Вы мечтали много путешествовать, но не было возможности, потому что приходилось зарабатывать деньги? Зато сейчас самое время! Также это время подходит для развития своих способностей, профессиональных навыков, заботы о себе и о близком человеке.

В деле снятия стресса хорошо помогает домашний питомец. Кошка, собака или хотя бы попугай соединяют супругов, создают поле для привычной заботы о ком-то, щедро дарят любовь и нежность. Но еще важнее обращать внимание на супруга, разговаривать, общаться, интересоваться, слушать и слышать. Обязательно выходите в свет вдвоем — в кино, на выставку, на прогулку в парк, чтобы кроме работы и быта у вас были совместные положительные переживания.

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА  
ТРЕТИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ  
«ЛАДЬЯ»**



**Авторы:**

**Е.В. Оришич**, психолог бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

**Н.В. Черепанова**, психолог бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

**Н.А. Белоусова**, специалист по социальной работе бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

**Программа утверждена** Методическим советом бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» 27.08.2020, Протокол № 3

**Программа прошла внешнюю экспертизу** в бюджетном учреждении Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания» (письмо БУ «Ресурсный центр развития социального обслуживания» от 09.09.2020 № 15/07-Исх-1634).

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Актуальность**

Одним из частых явлений настоящего времени становится домашнее насилие. Домашнее насилие - это ситуация, когда один человек контролирует или пытается контролировать поведение и чувства другого члена семьи. Домашнее насилие - это повторяющийся, с увеличением частоты, цикл физического, словесного, духовного, экономического оскорбления с целью контроля, запугивания, внушения чувства страха. Домашнее насилие

включает случаи жестокого обращения с детьми, насилие, направленное на супруга (или партнера в отношениях), на родителя (например, в случае престарелых родителей).

Согласно печальной статистике, в России около 40% от общего числа убийств совершаются в быту, в 70% насильственных посягательств в семье жертвами являются женщины и дети, ежегодно погибают от домашнего насилия более 15 000 женщин, более 50 000 детей уходят из семьи.

В программе «ЛАДЬЯ» затронута одна из важных проблем, на которую обращено внимание в последнее время, в условиях пандемии коронавируса, - это проблема домашнего насилия.

Самоизоляция застала врасплох почти каждого из нас. Пока одни тяжело переживают разлуку с родными, друзьями и коллегами, другие вынуждены искать спасения не только от коронавируса, но и от бытовых ссор, обостряющихся на фоне общего стресса, экономического спада и невозможности дистанцироваться в четырех стенах.

Многие пары, не успевшие официально расторгнуть отношения и прежде жившие почти самостоятельными жизнями, оказались запертыми под одной крышей. Кризис отношений между разными поколениями столкнул в замкнутом пространстве пожилых людей с их детьми и внуками. Все это серьезно повлияло на состояние отношений между людьми и критически усугубило ситуацию в семьях, где есть экономическая, психологическая и физическая зависимость.

В начале апреля генеральный секретарь ООН заявил о том, что с момента начала пандемии коронавируса в мире произошла мощная вспышка домашнего насилия. К такому не может быть готово ни одно государство, но в России эта проблема чувствуется особенно остро.

Социальная дезорганизация семьи, материальные и жилищные трудности родителей, нездоровые отношения между ними, слабость нравственных устоев способствуют развитию насилия в семьях.

Насилие – предпосылка таких социальных бед как детская беспризорность, наркомания, социальное сиротство. Причину этих болезней нужно искать в семье, где царит атмосфера насилия.

Актуальность ее решения определяется снижением ценности семьи, снижением рождаемости и высоким процентом разводов, ростом неврозоподобных и психопатоподобных расстройств в клинике соматических заболеваний, так как первым и самым важным социальным институтом, где формируется здоровая личность, является семья. Семейная жизнь, где есть любые формы насилия, отличается дисгармонией и отсутствием



взаимопонимания. Многолетний консультативный опыт показывает, что человек, испытывающий насилие, часто остается один на один с собой, со своей проблемой, не имея реальной поддержки.

Формы насилия весьма разнообразны – от сексуального, физического до психологического. Наиболее жестоким и распространенным является физическое насилие.

Проблема семейного насилия является скрытой, т.к., во-первых, с точки зрения пострадавшей, ее повсеместное обнаружение сопряжено с опасностью разрушить образ благополучной, счастливой семьи. Жертвы насилия часто не хотят сообщать о пережитом насилии, стыдясь за себя, не желая «предавать» семью, страшась вновь эмоционально пережить этот инцидент, опасаясь мести и агрессии со стороны обидчика, из-за отсутствия веры в эффективность правоохранительных органов. Во-вторых, с точки зрения общественности, часто семейное насилие рассматривают, как сугубо личное или семейное дело, тяжесть подобных правонарушений занижают, а жертву обвиняют. Нередко и родственники, и власти обвиняют именно жертву в том, что она сама спровоцировала акт насилия. При этом к жертве насилия относятся без должного понимания и сочувствия, не пытаются ее поддержать. Такая предвзятость на практике приводит к отказу принимать жалобы, грубому обращению с потерпевшими, задержкам в передаче дел на рассмотрение в суд. В России сотрудники полиции отказываются зарегистрировать жалобу. В итоге наблюдаются сложности с получением полной официальной статистики. Стороннему наблюдателю предоставляют благоприятную картину общества, а жертвы насилия остаются наедине со своей болью.

Проблема насилия в настоящее время становится одной из наиболее актуальных, она имеет не только психологический, но также социальный, медицинский и юридический аспекты. Насилие по своим последствиям относится к самым тяжелым психологическим травмам. Нарушения, возникающие в результате насилия, затрагивают все уровни функционирования человека: познавательную сферу, аппетит, сон, приводит к стойким изменениям личности. Пережитое в детстве насилие оставляет неизгладимый след на всей последующей жизни человека.

Для людей, подвергшихся насилию, характерны: низкая самооценка, извращенное представление о семье, о роли женщины в обществе, оправдание действий обидчика, чувство вины и отрицание чувства гнева, которые они испытывают по отношению к обидчику, уверенность, что никто не может помочь им в решении проблемы насилия, вера в миф о

насильственных отношениях в семье как нормальных отношениях между партнерами.

Человек, переживший насилие, даже если ему удастся разорвать эти оковы, порою, виктимного поведения, еще долго пожинает плоды домашнего насилия – по мере своего взросления и взросления собственных детей. Он страдает еще больше, понимая, какое страшное наследство подарено ребенку.

Обострение проблемы преступного внутрисемейного насилия обусловлено такими процессами общественного развития, как усиление социальной напряженности, социальная дифференциация населения по имущественному признаку, политическая нестабильность, а также распад традиций в семейной сфере.

Необходимо помнить о том, что к насилию всегда ведет комплексное влияние факторов риска окружающей среды, семьи и индивидуального развития. Следовательно, помощь членам семьи, подвергшимся насилию, также должна быть комплексной. Комплексную реабилитационную работу мы строим так, чтобы она проводилась не только с жертвой насилия, но и с насильником.

Программа «ЛАДЬЯ» (в ладу с собой) направлена на оказание комплексной социальной помощи гражданам, подвергшимся домашнему насилию.

Социальная значимость программы заключается в создании условий, способствующих личностному развитию и умению эффективно решать сложившиеся трудные ситуации, преодолевать посттравматические реакции.

Концептуальным подходом программы является создание толерантности в работе с гражданами, подвергшимися насилию в семье. Основой реализации данной программы является деятельностный подход к личностному развитию гражданина - его целеполагания, ценностным ориентирам, изменению социальных установок.

В основу программы положены следующие принципы.

Во-первых, принцип безопасности, так как домашнее насилие несет угрозу жизни пострадавших. В ситуациях домашнего насилия существует большая вероятность как летального исхода (убийство), так и суицидального (самоубийство). Вот почему все программы социальной помощи должны быть подчинены принципу безопасности. В частности, консультирование пострадавших должно осуществляться в безопасном месте, в отсутствие обидчика.

Во-вторых, принцип взаимного доверия и уважения объекта и субъекта социальной работы, то есть пострадавшего и специалиста социальной сферы. Это требование диктуется специфическим характером проблемы и включает такие аспекты как конфиденциальность, отказ от стремления “переделать” пострадавшего, и т.д.

В-третьих, принцип безоценочности. Специалистам социальной сферы необходимо полностью принимать рассказ пострадавшего, не оценивать, не критиковать.

В-четвертых, принцип просветительской деятельности, направленной как на конкретных пострадавших, с которыми проводится непосредственная работа, так и на общество в целом. Это позволяет утверждать, что при работе с такой сложной проблемой как домашнее насилие, необходимо дополнять социальную работу элементами социальной психологии. Если социальная работа направлена на поддержку клиента в ситуации насилия и на совместный поиск способов разрешения этой ситуации, то социальная психология направлена, в первую очередь, на его личностное развитие.

В-пятых, принцип комплексного анализа, который должен быть положен в основу диагностики проблемы. В связи с латентностью домашнего насилия, а также с отсутствием у пострадавших знания основных характеристик проблемы, специалист социальной сферы должен подвергнуть комплексному анализу всю информацию, полученную от жертвы насилия.

В-шестых, принцип самостоятельного принятия решений пострадавшим – он должен стать основным методом социальной работы. Жертве насилия не следует навязывать определенные сценарии действий, можно лишь обозначить разные варианты и возможности поведения, предложить помощь в осуществлении выбранных методов – например, сопровождение в суд или в полицию. Выбор и принятие решения остается за пострадавшим.

Предполагается формирование навыков коммуникации, конструктивных взаимоотношений, социально ориентированных ценностей, не противоречащих желанию и возможностям гражданина и его семьи.

Особый акцент в работе делается на основные носители общечеловеческих и личностных ценностей - это нравственный и личностный аспекты.

**Целевая группа:** семьи, отдельные ее члены, подвергшиеся домашнему насилию.

**Цель программы:** оказание помощи гражданам, подвергшимся домашнему насилию, с целью снижения посттравматических последствий и формирования адекватной самооценки.

**Задачи программы:**

- оказать психологическую помощь и поддержку жертвам домашнего насилия.

- мобилизовать потенциальные возможности жертвы домашнего насилия в соответствии с ее реальными притязаниями.

- снизить уровень виктимности личности и формировать паттерны асертивного поведения.

**Законодательная база и нормативно-правовое обеспечение системы защиты детей от насилия и жестокого обращения**

Необходимым составным элементом системы защиты детей от жестокого обращения и пренебрежительного обращения к их нуждам и интересам в современном обществе являются законодательные нормы. Они гарантируют обеспечение прав ребенка и предусматривают наказание лиц, виновных в совершении действий, представляющих опасность для жизни и здоровья детей и нарушающих их права и свободы.

Государственная политика в интересах детей всегда являлась приоритетной областью деятельности органов государственной власти во многих странах, будучи основанной на таких ведущих принципах, как законодательное обеспечение прав ребенка; государственная поддержка семьи в целях обеспечения полноценного воспитания детей, защиты их прав, подготовки их к полноценной жизни в обществе; ответственность должностных лиц, граждан за нарушение прав и законных интересов ребенка, причинение ему вреда.

***Уровень международного права:***

Конвенция ООН о правах ребенка от 20 ноября 1989 года, ратифицированная Союзом (Россией как правопреемницей) 15 сентября 1990 года

***Уровень федеральных органов власти:***

- Конституция РФ;
- Семейный кодекс от 29 декабря 1995 года № 223-ФЗ (ред. от 03.08.2018);
- Уголовный кодекс РФ от 13 июня 1996 года № 63-ФЗ (ред. от 29.07.2018);
- Кодекс РФ об административных правонарушениях.

***Федеральные законы Российской Федерации:***

- Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Федеральный закон от 16 апреля 2001 года № 44-ФЗ «О государственном банке данных о детях, оставшихся без попечения родителей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 01 июня 2012 года № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы».

#### ***Распоряжения Правительства Российской Федерации:***

- распоряжение Правительства РФ от 25 августа 2014 года № 1618-р «Об утверждении Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- распоряжение Правительства РФ от 06 июля 2018 года № 1375-р «Об утверждении плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства».

#### ***Законы субъектов Российской Федерации***

- Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 10 июля 2009 года № 109-оз «О Мерах по реализации отдельных положений Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре» (установлены меры по содействию физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию детей и предупреждению причинения им вреда на территории ХМАО – Югры);
- Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 09 июня 2009 года № 85-оз «Об Уполномоченном по правам ребенка в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре».

#### **Формы работы**

- *со взрослыми-жертвами домашнего насилия:* индивидуальное консультирование; тренинг; группа взаимопомощи; семейное консультирование;
- *с несовершеннолетними-жертвами домашнего насилия:* индивидуальное консультирование; семейное консультирование;
- *с членами семьи, в том числе агрессорами:* индивидуальное консультирование; семейное консультирование.

## Методы работы

- психодиагностика (проективные и бланковые тесты, анкеты, опросники) (приложение 1);
- арт-терапия;
- позитивная психотерапия;
- психодрама;
- ролевые и имитационные игры;
- индивидуальные кризисные консультации (кризисная интервенция);
- индивидуальные кризисные консультации по телефону.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Этапы реализации программы:

Программа реализуется в три этапа: организационный, практический и аналитический (Таблица 1).

1 этап – организационный: 1 месяц

2 этап – практический: 4 - 10 месяцев

3 этап – аналитический: 1 месяц

### Этапы реализации комплексной программы

Таблица 1

Этап	Содержание деятельности	Ответственный
Организационный	<i>Межведомственное взаимодействие:</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- рабочие встречи с социальными партнерами, соисполнителями программы;</li><li>- заключение соглашений о взаимодействии;</li><li>- разработка методических продуктов;</li><li>- методические, технические учебы для специалистов-участников программы;</li><li>- консультации для специалистов, в том числе из числа социальных партнеров;</li></ul> <i>Формирование группы участников:</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- сбор актуальной информации о гражданине, подвергшемся домашнему насилию, его семье (запросы в учреждения-партнеры с целью сбора информации, распределения полномочий, расстановки приоритетных задач);</li><li>- постановка «социального диагноза» (первоочередно - установление факторов, способствующих возникновению домашнего насилия);</li></ul>	заведующий отделением методист специалист по социальной работе специалист по работе с семьей БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

	- обсуждение с жертвой домашнего насилия и его семьей потребностей в помощи, форм сотрудничества, совместных мероприятий	
Практический	Реализация: 1 блока «Индивидуальная работа с жертвой домашнего насилия» 2 блока «Групповая работа с членами семьи жертвы домашнего насилия» 3 блока «Групповая работа с жертвами домашнего насилия» 4 блока «Работа с агрессорами» 5 блока «Социальное партнерство»	заведующий отделением методист специалист по социальной работе специалист по работе с семьей психологи БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» субъекты системы профилактики
Аналитический	Оценка эффективности реализации программы Трансляция опыта	заведующий отделением методист психологи специалист по социальной работе специалист по работе с семьей БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

### **Направление деятельности и их содержание**

1) Реабилитационное: индивидуальная и групповая работа с жертвами домашнего насилия.

2) Коррекционно-диагностическое: индивидуальная и групповая работа с семьёй, отдельными ее членами; индивидуальная коррекционная работа с агрессором.

#### **Механизм реализации программы:**

##### **Организационный этап**

*Формирование межсекторальной команды с целью организации межведомственного взаимодействия:*

- определение (закрепление приказом) группы исполнителей программы с разграничением аспектов деятельности;
- рабочие встречи с социальными партнерами, соисполнителями программы;
- методические, технические учебы для специалистов-участников программы;
- консультации для специалистов, в том числе из числа социальных партнеров.

*Формирование группы участников* (на основании постановлений комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав при Администрации города Сургута, информации отделов полиции УМВД России по г. Сургуту, следственного комитета):

- сбор актуальной информации о гражданине, подвергшемся домашнему насилию, его семье:

- запросы в учреждения-партнеры с целью сбора информации, распределения полномочий, расстановки приоритетных задач;

- постановка «социального диагноза» (первоочередно - установление факторов, способствующих возникновению домашнего насилия в каждой конкретной семье);

- установление контакта с гражданином (жертвой домашнего насилия) и его семьей, прояснение потребностей в помощи, форм сотрудничества, совместных мероприятий.

### **Практический этап**

Непосредственная работа с жертвой домашнего насилия, её окружением, социальными партнерами. Работа подразделяется на 5 блоков.

#### **1 блок «Индивидуальная работа с жертвой домашнего насилия»**

Включает в себя индивидуальные консультации, телефонное экстренное консультирование (индивидуальное кризисное консультирование), коррекцию психоэмоционального состояния (индивидуальные психологические занятия).

Данный блок предусматривает индивидуальную реабилитационную работу с жертвой насилия в семье и имеет определенные правила и направления, но все они нацелены на преодоление тех психологических изменений, которые происходят под воздействием длительного стресса, а также в связи с самым тяжелым и опасным разрушением, причиняемым насилием:

- изменение Я-концепции человека;
- разрушение системы жизненных ценностей;
- нарушение функционирования мотивационной сферы (осознание потребностей, формирование активной позиции в принятии решений и достижении выбранных целей), и в конечном итоге отказ от ответственности за свою жизнь.

Наиболее эффективными являются две стратегии выхода из кризисной ситуации и преодоления посттравматического стресса:



- целенаправленное возвращение к воспоминаниям о травмирующем событии в целях его анализа и полного осознания всех обстоятельств травмы;

- осознание значения травматического события для жизни, стиля поведения, выборов, решений, принимаемых человеком, и получаемого в результате качества жизни.

Эффективность реабилитации граждан, подвергшихся домашнему насилию, к самостоятельной жизни обеспечивают следующие условия:

- совместная деятельность психолога и гражданина, направленная на постоянное повышение уровня стрессоустойчивости последнего;

- наличие социопсихологической и социореабилитационной среды;

- продолжительность взаимодействия специалиста и гражданина не менее трех месяцев (максимально - до года);

- признание центральным процессом адаптации гражданина, подвергшегося домашнему насилию, не усвоение им знаний и навыков независимой жизни, а реабилитация его личности.

Особенность индивидуальной реабилитационной работы с гражданами, пострадавшими от домашнего насилия заключается в том, что находясь в состоянии хронического стресса, они часто проявляют признаки посттравматического синдрома (посттравматического стрессового расстройства), стремятся как можно скорее избавиться от тягостных переживаний и часто тяжело переживают неструктурированность обычного терапевтического процесса – высказывают неудовлетворенность от «болтовни», отсутствия видимого прогресса.

Задача психологов - подвести жертву насилия к осознанию того, что весь реабилитационный процесс это:

- «маленькие шаги к большой цели»;

- освобождение от виктимного поведения (жертвенности);

- кардинальный пересмотр, и, возможно, перестроение собственных установок и ценностей, уклада жизни всей семьи.

## **2 блок «Групповая работа с членами семьи жертвы домашнего насилия»**

Включает в себя семейное (групповое) консультирование, детско-родительское консультирование, консультирование супружеских пар.

Главный акцент – привлечение к работе с психологом всех членов семьи, как живущих совместно, так и из близкого окружения (значимые для жертвы насилия родственники).

Главная задача – формирование у членов семьи адекватного, толерантного отношения к жертве домашнего насилия, развитие взаимоуважения и взаимоподдержки, психологическое оздоровление семей, снижение числа внутрисемейных конфликтов.

Принцип работы в данном блоке – организация работы с семьей таким образом, чтобы осознание наличия проблемы домашнего насилия было у всех членов семьи; сформировалось понимание того, что перемены у одного члена семьи вызывают цепную реакцию и влияют на поведение и события у всех членов семьи.

### **3 блок «Групповая работа с жертвами домашнего насилия»**

Включает в себя групповые формы работы с жертвами насилия – группы взаимопомощи, тренинговые занятия.

Основная задача групп взаимопомощи – научить своих членов самораскрытию и самоанализу. Еще одна цель - помочь участникам сконцентрировать свои действия на тех изменениях, которых они хотят в своей жизни. Оказание психологической помощи здесь происходит через групповую поддержку и выявление позитивных личностных ресурсов.

При организации работы группы взаимопомощи куратор группы - психолог. Его цель – координация работы группы. Психологу необходимо спрашивать мнение участников об услышанном, объединять одно высказывание с другим, резюмировать. В этом случае появляется ощущение целостности группового процесса.

В процессе реабилитации психологу рекомендуется предлагать следующие установки участникам тренинговой группы и группы взаимопомощи:

1. Насилие ни в какой форме и ни при каких обстоятельствах не может быть приемлемым в интимных и семейных отношениях.

2. Насилие - это социальная проблема. Человек, подвергающийся насилию, потенциально способен позаботиться о себе и своих детях, опираясь на поддержку социума. Ответственность за насилие лежит на агрессоре, а не на человеке, испытавшем насилие.

3. Люди, испытавшие семейное насилие, нуждаются в поддержке и информации для самостоятельного принятия решений.

4. Использовать прием «зеркало», то есть отражать сказанное тем или иным участником, перефразируя и уточняя.

5. Направлять ход мыслей членов группы в соответствии с базовой установкой, целью, переориентируя ход дискуссии. У ведущего два «заказчика» — это каждый член группы в отдельности и группа в целом.

6. Стимулировать группу, предлагая вопросы «как?», а не «почему?». Вопрос о решении проблемы ведущий переадресует группе.

Переживший насилие не всегда готов к обсуждению и работе в когнитивном стиле. Зачастую, более эффективными методами реабилитационной работы с людьми, пострадавшими от различных форм домашнего насилия, является включение в арт-терапевтические группы.

Основными задачами тренинговой групповой работы являются: работа с чувством вины, страха, гнева; повышение самооценки; поиск ресурсов для восстановления психического и физического здоровья; проработка будущего; отработка новых паттернов поведения.

#### **4 блок «Работа с агрессорами»**

Включает в себя индивидуальные консультации, с целью коррекции психоэмоционального состояния (индивидуальные психологические занятия).

Главный акцент – включение агрессора в работу, формирование у него понимания наличия проблемы.

Психокоррекционная работа с лицами, склонными к домашнему насилию, (родителями или супругами-агрессорами) направлена на устранение непродуктивных копинг-стратегий поведения и включает в себя 3 этапа:

##### **1. Поиск позитивных сторон агрессивного реагирования.**

Причины настоящего гнева клиента берут начало в далеком прошлом, в детстве. В этом случае темой психологического консультирования может быть разговор о том, почему из всех разнообразных способов реагирования клиент выбрал именно агрессию, какую условную выгоду для себя клиент извлекает из своей злости. От необходимости решать какую проблему и от выполнения каких обязанностей избавляет его гнев?

##### **2. Осознание последствий своего поведения.**

Дальнейшая работа с агрессором направлена на то, чтобы выяснить, какие последствия для окружающих влекут за собой агрессивные реакции, и не существует ли каких-либо других способов реагирования, помимо агрессии, которые не разрушали бы межличностные взаимоотношения клиента с его родными и близкими. Разбор разнообразных вариантов поведения и эмоционального реагирования позволяет расширить как ролевой репертуар клиента, так и диапазон его психологической приемлемости. Поведение клиента становится более пластичным, вариативным, что делает его более адаптированным к его актуальной жизненной ситуации.

##### **3. Работа с внутренними страхами агрессора.**

При консультировании агрессора всегда следует иметь в виду, что очень часто за агрессией скрывается страх. Разрушая своей агрессией окружающий мир, клиент, таким образом, может скрывать страх перед этим миром, который воспринимается им как угрожающий и враждебный. В этом случае важно направить усилия на доведение до его сознания его истинных чувств.

### **5 блок «Социальное партнерство»**

Целью работы является расширение информационного поля у граждан, специалистов задействованных в решении проблем насилия, вовлечение социальных партнеров в решение общественной проблемы домашнего насилия.

Основные принципы социального партнерства при работе в жертвы домашнего насилия: принцип гуманности; принцип «Не навреди!»; принцип конфиденциальности.

При работе с жертвами домашнего насилия активно включать социальных партнеров непосредственно в процессы взаимодействия психолог - жертва, психолог - семья, нецелесообразно. Как правило, жертвы домашнего насилия боятся огласки, осуждения извне, негативного отношения к себе в социуме.

Привлечение социальных партнеров рекомендуется с целью обмена информацией по жертве насилия, при необходимости, принятия мер экстренного реагирования в случае ухудшения ситуации.

Таблица 2

<b>Наименование партнёра</b>	<b>Цель взаимодействия</b>
Управление Министерства внутренних дел России по г. Сургуту	Привлечение целевой группы для реализации мероприятий программы, взаимообмен информацией
Следственный комитет России по г. Сургуту	Привлечение целевой группы для реализации мероприятий программы, взаимообмен информацией
БУ «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения»	Привлечение целевой группы для реализации мероприятий программы, взаимообмен информацией

### **Аналитический этап**

Включает проведение анализа реализации программы, выявление слабых и сильных сторон (swot-анализ), структурированное описание итогов реализации программы, преимуществ и недостатков.

Предполагает трансляцию опыта работы учреждения по профилактике домашнего насилия в учреждениях социального обслуживания округа.

Итогом будет разработка методического пособия по профилактике домашнего насилия.

## Учебно-тематический план мероприятий комплексной программы

Таблица 3

Направления деятельности Задачи	Направления работы	Содержание	Сроки	Исполнители
<b>Организационный этап (1 месяц)</b>				
<b>Работа с социальными партнерами</b> Формирование межсекторальной команды с целью организации межведомственного взаимодействия	1. Определение (закрепление приказом) группы исполнителей программы	разграничение полномочий между исполнителями и соисполнителями программы	в первую неделю реализации программы	заведующий отделением методист специалист по социальной работе специалист по работе с семьей психологи
	2. Рабочие встречи с социальными партнерами, соисполнителями программы	аспекты межведомственного взаимодействия	2 раза в период реализации программы	юрисконсульт
	3. Методические, технические учебы для специалистов – участников программы	- «Создание социореабилитационной среды в работе с гражданами, пережившими насилие»; - «Виды и циклы насилия. Принципы работы с гражданами, пострадавшими от насилия»	2 учебы	заведующий отделением методист специалист по социальной работе специалист по работе с семьей психологи
	4. Консультации для специалистов	формы и методы работы с жертвами домашнего насилия	по запросам	методист психологи
<b>Работа с гражданами</b> Формирование группы участников	1. Сбор актуальной информации о гражданах (семье), подвергшемся домашнему насилию: запросы в учреждения-партнеры с целью сбора информации, распределения	информационный взаимообмен	в течение месяца по мере необходимости	специалист по социальной работе специалист по работе с семьей психологи

	полномочий, расстановки приоритетных задач			
	2. Постановка «социального диагноза»	определение круга проблем жертвы домашнего насилия	в течение первого месяца реализации программы	заведующий отделением специалист по социальной работе специалист по работе с семьей психологи
	3. Установление контакта с гражданином и его семьей, потребностей в помощи, форм сотрудничества, совместных мероприятий	определение аспектов совместной деятельности жертва-специалист, семья-специалист	в течение первого месяца реализации программы	психологи граждан члены семьи
<b>Практический этап (4-10 месяцев)</b>				
<b>1 блок «Индивидуальная работа с жертвами насилия»</b>				
<b>Работа с гражданами</b> Реализация программы	1. Индивидуальные консультации с гражданами, пережившими домашнее насилие с целью оказания практической психологической помощи и поддержки граждан целевой группы	Проективные и бланковые диагностические методики, консультации, беседы, информирование	1 встреча в неделю по 40 мин.	психологи
	2. Психокоррекционные занятия с целью стабилизации психоэмоционального состояния, формирование положительной «Я-концепции»	1. Упражнения: «Контракт с самим собой», «Я – реальное, я - идеальное», «Раскрашиваем чувства», «Рисуем Имя», «Письмо», «Пустой стул», «Травмоэкспозиция» 2. Релаксационные и медиативные	2 раза в месяц по 40 мин.	психологи

		техники: «Место силы», «Маяк», «Мудрец их храма», «Квантовый скачок», «Судно, на котором и плыву» и др.		
	3. Телефонное консультирование (индивидуальное кризисное консультирование по телефону)	Оказание экстренной психологической помощи	по необходимости	психологи
<b>2 блок «Групповая работа с членами семьи жертвы домашнего насилия»</b>				
<b>Работа с гражданами</b> Реализация программы	1. Семейное консультирование	Консультации, беседы, информирование Техники: «Семейная дискуссия», «Проигрывание семейных ролей», «Семейная скульптура»	2 раза в месяц по 40 мин.	психологи
	2. Детско-родительское консультирование	Консультации, беседы, информирование Упражнения: «Слепой и поводырь», «Совместный рисунок», «Рисунок семьи животных», «Кинетический рисунок семьи», «Работа с сердитым журналом», «Мастерская чудес» и др.	2 раза в месяц по 40 мин.	психологи
	3. Консультирование супружеских пар	Консультации, беседы, информирование Тест «Функциональный ресурс семьи» Упражнения: «Семейная скульптура», «Семейные роли», «Семейные фотографии»	2 раза в месяц по 40 мин.	психологи
<b>3 блок «Групповая работа с жертвами насилия»</b>				
<b>Работа с</b>	Психологический	Тренинг «Дом без	2 раза в месяц	психологи

гражданами Реализация программы	тренинг по арт-терапии с гражданами, подвергшимися домашнему насилию	насилия» (работа с чувством вины, страха, гнева; повышение самооценки; поиск ресурсов для восстановления психического и физического здоровья; проработка будущего; отработка новых паттернов поведения)	по 180 мин	
	Группа взаимопомощи «Я не один»	Групповая поддержка и выявление позитивных личностных ресурсов жертв домашнего насилия	1 раз в месяц по 45-60 мин.	психологи
<b>4 блок «Работа с агрессорами»</b>				
Работа с гражданами Реализация программы	Индивидуальная психокоррекционная работа с лицами, склонными к домашнему насилию, агрессорами. Работа с родителями и супругами в рамках индивидуального консультирования	Консультации, беседы	3-5 занятий по 40-60 мин.	психологи
<b>5 блок «Социальное партнерство»</b>				
Работа с социальными партнерами Реализация программы	Организация и проведение рабочих встреч	Информационный обмен	по мере необходимости	заведующий отделением специалисты по социальной работе специалист по работе с семьей психологи социальные партнеры
<b>Аналитический этап (1 месяц)</b>				
Работа с	1. Анализ	Структурированное	7 дней	заведующий



<b>социальными партнерами, с документацией</b> Подведение итогов	реализации программы; выявление слабых и сильных сторон (swot-анализ)	описание итогов реализации программы, преимуществ и недостатков		отделением специалисты по социальной работе специалист по работе с семьей психологи социальные партнеры
	2. Трансляция опыта реализации программы	Опыт работы учреждения по профилактике домашнего насилия	по запросу	
	3. Разработка методического пособия по профилактике домашнего насилия	Методическое пособие по профилактике домашнего насилия	30 дней	

### Ресурсы, необходимые для реализации программы

**Кадровые ресурсы:** в реализации комплексной программы принимают участие:

Таблица 4

№	Должность	Кол -во чел.	Функции
1	Заместитель директора	1	- осуществляет координацию и контроль реализации мероприятий программы
2	Заведующий отделением	2	- осуществляет общее руководство по реализации программы в рамках деятельности ресурсного центра по приоритетному направлению: социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия, и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия
3	Методист	1	- подбирает и систематизирует методическую литературу по тематике программы; - осуществляет методическое сопровождение мероприятий; - оказывает содействие в распространении буклетной продукции; - анализирует эффективность реализации программы
4	Психолог	10	- осуществляет консультирование, проводит коррекцию, оказывает помощь и поддержку целевой группе, семье, организует и координирует работу группы взаимопомощи
5	Специалист по социальной работе, специалист по работе с семьей	2	- организует межведомственное взаимодействие; - осуществляет сбор, обобщение информации о целевой группе
6	Юрисконсульт	1	- осуществляет правовое сопровождение программы

### **Материально-технические ресурсы**

- кабинеты для приема клиентов, в том числе помещение, «дружественное детям» и кабинет игровой терапии;
- кабинет компьютерной диагностики;
- программное обеспечение «ППО АСОИ»;
- техническое оборудование;
- канцелярские товары (бумага, карандаши, фломастеры, мелки, ручки, ватманы и др.).

### **Информационные ресурсы**

- интернет-ресурсы (сайты Администрации г.Сургута, Управления социальной защиты населения по г.Сургуту и Сургутскому району, «Социопрофи», «Перспективное детство Югры», сайт учреждения, социальные сети учреждения;
- средства массовой информации (телевидение, периодическая печать).

### **Методические ресурсы**

- подбор и систематизация методической литературы по тематике программы;
- проведение методических, технических учеб для специалистов.

### **Контроль и управление**

Контроль хода реализации программы осуществляется заместителем директора. Определяются следующие виды контроля:

Текущий (аудит личных дел клиентов, аудит документации специалистов, 1 раз в месяц):

1. Анализ и оценка работы специалистов на основе системы внутреннего контроля. Выявление имеющихся резервов и возможностей эффективного использования ресурсного потенциала.
2. Выработка корректирующих действий, направленных на устранение недостатков, выявленных в процессе работы.

Фронтальный контроль (1 раз в неделю):

1. Анализ проведения психологами диагностики с целью определения актуальных проблем и психоэмоционального состояния гражданина, возможности восстановления его социального статуса, потребностей гражданина.
2. Анализ использования всех заявленных форм и методов работы специалистами, задействованными в реализации программы.
3. Оценка эффективности межведомственного взаимодействия, использования всех имеющихся ресурсов социальных партнеров в решении проблем граждан, подвергшихся домашнему насилию.

**Эффективность реализации программы**  
**Ожидаемые результаты, критерии оценки эффективности**

Таблица 5

Задачи программы	Ожидаемый результат	Критерии оценки	
		количественные	качественные
1. Оказать психологическую помощь и поддержку жертвам домашнего насилия	Эффективная проработка травматического опыта граждан, подвергшихся домашнему насилию	Снижение уровня стресса у жертв домашнего насилия на 70%	Доля граждан, подвергшихся домашнему насилию, прошедших полную социально-психологическую реабилитацию, от общего числа граждан, подвергшихся домашнему насилию, участвовавших в Программе (не менее 60%)
2. Мобилизовать потенциальные возможности жертвы домашнего насилия в соответствии с ее реальными притязаниями	Глубокое осмысление гражданами своих взаимоотношений, рост положительного отношения и уважения к себе, развитие ответственности за свою жизнь	Доля участия целевой группы (жертв домашнего насилия) во всех мероприятиях программы (не менее 90%)	Повышение уровня активной жизненной позиции у жертв домашнего насилия на 55%
3. Снизить уровень виктимности личности и формировать паттерны асертивного поведения	Самостоятельное программирование гражданами позитивных изменений в своей жизни, умение не принимать на себя роли жертвы в отношениях с другими	Снижение количества повторных фактов домашнего насилия в семьях-участниках Программы на 70-80%	Формирование навыков безопасного поведения в семье у 70% участников Программы (жертв домашнего насилия)

**Критерии оценки эффективности реализации программы**

Таблица 6

Критерий	Ожидаемый показатель (в %)
Численность членов семьи, участвующих в реализации программы от общей численности человек, проживающих в семьях-участниках Программы	70%
Количество семей, имеющих положительный результат по преодолению домашнего насилия (из числа участников Программы) от общего количества семей, участвовавших в Программе	70%

Доля удовлетворенных участников проведенными мероприятиями от общего количества участвовавших в мероприятиях Программы	70%
Положительные отзывы об участии в Программе (целевая группа) от общего количества отзывов	80%

Реализация программы позволит:

- внедрить новые методы реабилитации лиц, подвергшихся домашнему насилию, и повысить уровень культуры внутрисемейных отношений;
- повысить уровень психологических знаний специалистов системы профилактики;
- сформировать современную методическую основу в деятельности учреждений социального обслуживания по профилактике домашнего насилия.

Приложение 1 к программе «ЛАДЬЯ»

**Тесты и методики, направленные на выявление и предупреждение насилия несовершеннолетних, в том числе сексуального, а также жестокого обращения**

Название теста	Цель	Возрастная категория
Метод портретных выборов Сонди (проективный тест)	Выявление динамики состояния и устойчивых характеристик личности	с 8 лет
Метод цветowych выборов Люшера (проективный тест)	Изучение эмоционального и физиологического состояния человека в целях дифференцированного психотерапевтического подхода и для оценки эффективности коррекционного воздействия	с 8 лет
Опросник Бека	Предназначен для диагностики депрессивных состояний	с 8 лет
Шкала реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина	Измерение тревожности как индивидуального свойства личности и как состояния в какой-либо определенный момент в прошлом, настоящем, будущем	с 10 лет
Личностный опросник Айзенка	Данная методика используется для выявления особенностей характера, которые получили название «экстраверсия», «интроверсия» и «нейротизм»	с 10 лет
Методика диагностики показателей и форм агрессии А.Басса и	Выявление показателей и форм агрессии (физическая агрессия, вербальная агрессия, негативизм, раздражение,	с 10 лет

А.Дарки	подозрительность, обида, чувство вины)	
Методика измерения уровня тревожности Тейлора	Выявление уровня тревожности	с 10 лет
Тест Р.Кеттела	Описание полярных характеристик личности (общительность-замкнутость, независимость-подчиненность, озабоченность-беспечность и др.)	с 10 лет
Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Рея	Методика выражает степень стрессовой нагрузки, степень сопротивляемости стрессу	с 10 лет
ТАТ – тематический тест апперцепции (проективный тест)	Тест направлен на получение сведений об основных стремлениях, потребностях обследуемого, воздействиях, оказываемых на него, конфликтах, возникающих во взаимодействии с другими людьми и способах их разрешения, другую информацию	с 14 лет
Опросник «Шкала семейной адаптации и сплоченности»	Позволяет оценить семейную структуру и сделать вывод о типе семейной системы (сбалансированная, несбалансированная, среднесбалансированная)	с 12 лет
Тест «Семейная социограмма» (проективный тест)	Позволяет выявить положение человека в системе его семейных отношений и определить характер коммуникации в семье (прямой или опосредованный). Эта проективная методика дает возможность актуализации неосознаваемого контекста взаимоотношений между членами семьи	с 8 лет
Проективная рисуночная методика «Рисунок семьи» и «Кинетический рисунок семьи»	Методика отражает переживания и восприятие ребенком себя, своего места в семье, его отношение к семье в целом и отдельным ее членам	с 4 лет
Тест рисуночной ассоциации С. Розенцвейга	Оценка выраженности различных видов эмоционального реагирования, оценка степени социальной адаптированности личности, анализ отношений личности к себе и социальному окружению, выявление наиболее вероятных внутренних и внешних конфликтов личности	с 8 лет – детский вариант, взрослый вариант
Проективная рисуночная методика «Человек под дождем»	Выявление возможности человека к адаптации, устойчивости человека к воздействию разнообразных стрессовых ситуаций	с 12 лет
Проективная рисуночная методика «Розовый куст»	Позволяет выявить детей, подвергшихся или подвергающихся насилию (в том числе сексуальному)	с 4 лет
Проективная личностная методика	Предназначена для изучения личности подростка	с 7 лет

«Несуществующее животное»		
Проективная личностная методика «Автопортрет»	Применяется в целях диагностики бессознательных эмоциональных компонентов личности (самооценка, актуальное состояние, невротические реакции тревожности, страха, агрессивности)	с 8 лет
Проективная личностная методика «Кактус» М.А. Панфиловой	Выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности	с 4 лет
Проективная методика «Письмо другу»	Методика направлена на диагностику случаев насилия и жестокого обращения с детьми	с 7 лет
Методика диагностики представлений ребенка о насилии «незаконченные предложения»	Методика предназначена для диагностики когнитивного, эмоционального и поведенческого аспекта представлений ребенка о насилии	с 8 лет
Методика интервью для диагностики насилия	Данная методика применяется для диагностики случаев насилия и жестокого обращения с детьми	с 8 лет
Опросник «Подростки о родителях» (Е.С. Шафер)	Опросник предназначен для изучения представлений ребенка о стиле семейного воспитания	с 8 лет
Опросник эмоциональных отношений в семье (методика ОДРЭВ) Е.И. Захаровой	Методика предназначена для изучения эмоциональных отношений ребенка с семьей, для определения позиции ребенка в семье	с 18 лет
Шкала определения уровня депрессии	Диагностика сниженного настроения и депрессивного состояния	с 18 лет
Методика «Стратегии совладающего поведения»	Оценка ведущих тенденций в совладающем поведении личности	с 18 лет
Методика «Интервью с ребенком» А.И. Захаров	Выяснение подробностей внутрисемейных отношений и роли ребенка в семье	с 4 лет
«Шкала привязанности ребенка к членам своей семьи» А.И. Баркан	Выявление особенностей жизни ребенка в семье	с 4 лет
ИТО – индивидуально-типологический опросник (Л.Н.Собчик)	Исследование индивидуально-типологических свойств человека	с 14 лет
Анализ семейных взаимоотношений (АСВ) Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис	Анализ семейных взаимоотношений	с 18 лет
Опросник родительского отношения А.Я. Варга, В.В. Столин	Анализ особенностей отношения родителя к ребенку	с 18 лет

**«Контракт с самим собой» (по М.Джейнс)**

1. Что Вы хотите изменить в себе? \_\_\_\_\_
2. Что Вы будете делать, чтобы достичь этих изменений? \_\_\_\_\_
3. Что Вы хотите от терапевта (и группы), чтобы достичь изменений? \_\_\_\_\_
4. Как другие люди заметят Ваши изменений? \_\_\_\_\_
5. Как Вы будете мешать своими изменениями окружающим? \_\_\_\_\_
6. Как Вы будете саботировать психотерапевтическую работу? \_\_\_\_\_
7. Что произойдет или будет происходить в Вашей жизни, когда Вы выполните условия контракта? \_\_\_\_\_

**Упражнение «Раскрашиваем чувства»**

Используется плотная бумага в рулонах (например, обратная сторона обоев), мелки, гуашь.

Самый простой вариант состоит в том, что каждой участнице предлагают нарисовать силуэт человека в полный рост. Правдоподобие изображения фигуры обычно рассматривают в связи с идентификацией, ощущением схемы собственного тела. Участники группы разделяются на пары и, расположившись на устланном бумагой полу, по очереди обводят контуры головы, тела, рук и ног друг друга. Такое занятие обычно усиливает эмоциональную экспрессию и двигательную активность, а в конечном итоге превращается в увлекательную, веселую, шумную игру. С одной стороны, это способствует снятию мышечных зажимов, побуждает к спонтанности, ослабляет контроль сознания. С другой стороны, искаженные, карикатурные контуры тела могут вызвать у «натурщицы» обиду, чувство неловкости, агрессию и стать причиной внутреннего протеста, что препятствует самораскрытию на следующих этапах работы.

Чтобы избежать нежелательных эффектов, можно использовать шаблоны, изготовленные заранее. В этом случае основной акцент занятия смещается в сторону самопознания, исследования себя.

После того как силуэт человека нарисован, в нем размещают различные чувства и раскрашивают их в соответствующие цвета. Каждый сам выбирает содержание и способы воплощения своего замысла.

**Техника «Рисуем имя»**

Данное занятие является многоцелевым, оно дает большие возможности для диагностики и может быть развернуто в цикл арт-терапевтических сессий, направленных на самопознание и систематичную работу с определенной проблемой. В центре внимания тут стоят феномены идентичности и принятия себя.

Приоритетные цели:

- исследование личностной идентичности;
- определение актуализированных идентификаций в контексте целостной психосоциальной идентичности;
- развитие спонтанности, рефлексии, проявление подлинных чувств;
- расширение ролевого репертуара и ролевой гибкости;
- осознание своей ценности и уникальности, развитие положительного целостного образа Я, принятия себя.

Материалы: белая бумага формата А4, разноцветная бумага различной фактуры и плотности (картон, целлофан, фольга и т. п.), цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски, клей, скотч, нитки, тесьма. Могут использоваться лоскутки ткани разных цветов и размеров, пластилин и другие материалы.

Инструкция:

1. Напишите в воздухе свое имя мелким каллиграфическим почерком по очереди правой и левой рукой, а затем двумя руками одновременно.
2. Напишите в воздухе свое имя слева направо и справа налево, печатными и прописными буквами разного размера. Подумайте, изменился ли образ имени, какие чувства это вызывает?
3. Возьмите в руку воображаемую широкую кисть, представьте ведро с масляной краской (какого она цвета?). Напишите свое имя так, чтобы оно заняло как можно больше пространства, от пола до потолка.
4. Закройте глаза и представьте наиболее приятный из всех образов вашего имени, сделайте еще один воображаемый рисунок в пространстве. Запомните этот образ, цвет, размеры букв, звучание и другие свойства. Подумайте, как часто и кто из окружающих людей называет вас этим именем.
5. Изобразите свое имя на листе бумаги.

Инструкция: «Используя разные материалы, сделайте бумажную или тряпичную куклу с вашим именем, похожую на вас. Когда кукла будет готова, закрепите ее на пальце, рассмотрите с расстояния вытянутой руки. Обратитесь к ней мысленно, и пусть она ответит вам. Запомните свои первые впечатления, чувства, слова, адресованные кукле, и ее ответную реплику. Спросите у куклы, как ее зовут теперь. Придумайте историю с названием, которую вы от лица своей куклы хотели бы рассказать».

Вербальное выражение переживаний, как известно, связано с катарсисом. Это - терапевтический процесс, который приводит к эмоциональной разрядке и удовлетворяет потребность человека на какое-то время оказаться в центре внимания. Рассказ от имени самодельной куклы - своеобразный аналог интервью без структуры, в котором не используется подготовленный набор вопросов. Куклу расспрашивают, помогая проявиться собственным человеческим качествам автора. Не менее значимо невербальное поведение кукловода. Оно обусловлено бессознательными импульсами, которые невозможно подделать. Нередко самая важная информация передается именно через этот канал общения. В итоге у терапевта складывается понимание общей ситуации и субъективных проблем клиента.

Этап рефлексивного анализа.

Клиент делится впечатлениями, анализирует чувства, которые возникали на каждом этапе работы. Если имя куклы не совпадает с именем «хозяина», важно обсудить причины такого несовпадения. Далее клиент делится впечатлениями о том, какие качества приобрела (утратила) изготовленная им кукла, какие изменения произошли в самом кукловоде, как он себя чувствует в настоящий момент.

Важно принять решение о том, как поступить с художественной продукцией. Некоторые клиенты, испытавшие на занятии глубокие чувства, действительно идентифицируют себя с собственной куклой. Они бережно относятся к ней и обычно забирают с собой. Другие, напротив, с удовольствием оставляют свои произведения в кабинете, например, в стилизованном доме-коробке, или создают импровизированную



выставку. Бывает, что автор хочет уничтожить созданную им куклу. Такой выбор, скорее всего, свидетельствует о глубоком внутреннем конфликте, а значит, служит основанием для дополнительной индивидуальной работы с этим участником. Безусловно, персонифицированные куклы не предназначены для подарков.

### ***Техника «Письмо»***

Приготовьте несколько пустых листов бумаги и ручку. Лучше всего писать именно рукой, а не печатать на компьютере. Так эффект лучше.

Сосредоточьтесь на ваших чувствах и на том, кто им "виной". На том человеке, с которым они связаны. Побудьте немного в этом.

А теперь начинайте писать. Обращайтесь к этому человеку и пишите все, что хотите ему сказать прямо сейчас. Главная задача - выразить свои чувства. Чем меньше цензуры и контроля будет в вашем письме - тем лучше. Допускается и поощряется мат, ультиматумы, обвинения, гневные укоры, обзывательства. Все, что вам хочется сказать прямо сейчас, даже если вы обычно не говорите ничего подобного в жизни. Помните, что это не просто письмо, а психологическая техника. Чем лучше вы раскроетесь, тем лучше она подействует.

Приветствуются фразы в духе "ты должен был" или "я требую, чтобы", "ты мне обязан", "я тебя ненавижу" и так далее.

Акцентируйтесь на том, чтобы обращаться к человеку. Не уходите в пространные размышления "о том, как" или "о том, что". Например, если повод написания письма - избиение - не стоит рассуждать о том, что "насилие порождает насилие, подрывает доверие в парах и, согласно исследованиям «бла-бла-бла». Пишите «ты - козлина, я тебе верила, а ты - кобель!».

Важно адресовать письмо человеку. Адресовать свои высказывания человеку. Расскажите ему, что вы чувствуете. Что он должен был делать, что он должен сделать сейчас. Обзовите его всеми словами, какими захочется. Важно "выдохнуть" письмо. А хороший выдох тот, который до конца.

Когда вы почувствуете, что сказать больше нечего - отложите ручку. Теперь перечитывайте письмо. Перечитывайте столько раз, сколько посчитаете нужным. Проживайте эмоции, которые выплеснули до тех пор, пока они не потеряют силу. А затем уничтожьте письмо. Рекомендуют два способа уничтожения:

- сжечь. (Помните о противопожарной безопасности);
- разорвать на мелкие кусочки и спустить в унитаз (помните о гневе сантехника).

Способы равнозначны - выбирайте любой. Главное - никогда, ни при каких условиях, не давайте это письмо адресату! Это очень чревато. Если уж вам так надо, то лучше перескажите потом ему содержание. Само письмо - это исключительно выплескивание ваших эмоций, а не личное послание для коммуникации. Нужно это понимать.

Некоторые люди "не доверяют бумаге". Кому-то просто трудно доверить бумаге поток эмоций.

Для таких людей можно делать эту же технику, но в варианте проговаривания.

Письмо пишется воображаемой ручкой на воображаемой бумаге и проговаривается вслух. Письмо начинается обычным приветствием «Здравствуй...» и заканчивается подписью автора. Важно, чтобы клиент понимал, что он может выразить абсолютно все свои чувства, без ограничений. Задача клиента описать его проблему

настолько детально, насколько это возможно. В то же время, акцент на анализе поведения должен быть преобладающим. Часто, после написания письма, клиент начинает ощущать себя сильным, готовым противостоять жизненным трудностям.

#### ***Техника «Пустой стул»***

Эта техника является одной из самых распространенных в гештальт-терапии и психодраме. Консультант ставит напротив клиента пустой стул и предлагает поместить на него отсутствующее лицо или отдельную субличность, черту характера, эмоцию, значимую для него: «Попробуйте представить, что на этом стуле сидит...». Возможность обратиться к воображаемому собеседнику позволяет сказать ему всё, что хочется, что наболело на душе, высказать свои чувства, выплеснуть негативные эмоции.

#### ***Техника «Автопортрет»***

Использование данной техники служит самоутверждению и укреплению психической идентичности клиента, постижению своего «Я». Телесный образ «Я» является значимым показателем самопринятия. Автопортрет можно нарисовать, вылепить или сделать из вырезок журнала. Образ «Я» может воплощаться в качестве реального, идеального, прошлого или будущего. Автопортрет может быть символическим, в виде абстрактного рисунка, растения, животного, архитектурного сооружения и проч. По завершении рисунка клиент может попытаться поговорить со своим изображением.

#### ***Техника «Травмаэкспозиция»***

Травмаэкспозиция - техника экспозиционной (от лат. *expositio* - выставление на показ) травмацентрированной психотерапии, когда после длительной подготовительной работы пациент в присутствии психотерапевта представляет пережитую в прошлом травму; пациент учится при этом выдерживать возникающие переживания.

Данная техника предназначена для терапии детей с 5 лет или раньше (владеющих активной устной речью). Она позволяет эффективно снижать психоэмоциональное напряжение при воспоминании о травмирующем событии.

В процессе выполнения создаются **контролируемые воспоминания** о травмирующем событии, и вместе с тем, у пациента создаются ощущения, что подобные события **локальны** происходят не всегда, не часто. Создается баланс фрустрации и поддержки.

*Ограничение в применении.* Авторы категорически не рекомендуют применять данную технику в случаях, когда травмирующим событием являлось сексуальное насилие (использование).

#### ***Инструкция.***

«Вспомни, пожалуйста, какое-то очень-очень неприятное событие в твоей жизни. Мы с тобой сейчас постараемся это событие нарисовать». (Если ребенок говорит, что рисовать не умеет, допустимо сказать: «давай ты будешь рассказывать, а я рисовать»)

На листе формата А4 или более (ориентация – альбомная) в левом нижнем углу рисуется прямоугольник. Всего их будет 7, в каждом будет изображен определенный сюжет.

Очень важно строго соблюдать последовательность заполнения прямоугольников! На первом этапе рисунки не раскрашиваются, изображаются только контуры.

После того, как ребенок обозначил травмирующее событие, он (или терапевт) заполняет прямоугольники рисунками в соответствии с вопросами:

Рис. № 1 – «До этой ситуации/события что с тобой было **хорошего**? Чем ты занимался, что делал?»

Рис. № 2 – «Событие это закончилось, и ты оказался в комфортном состоянии, в привычном месте...»

Рис. № 3 – «Как случилось это событие? Как оно начиналось? С чего началось?»

Рис. № 4 – «А потом что было? Что делал ты/другие?»

Рис. № 5 – «Что затем последовало? Что было главным в этой истории?»

Рис. № 6 – «Что происходило потом, после этого важного момента?»

Рис. № 7 – «Перед тем, как всё закончилось, что еще ты делал?»

Теперь, когда травмирующая ситуация поэтапно отражена в рисунках, психолог предлагает ребенку найти название каждому изображению и подписать его («А теперь давай немного попишем. Как бы ты назвал эту картинку? А этой картинке какое название подойдет?»).

Важно подписывать картинки в порядке изображения, а не расположения.

После того, как все 7 картинок были подписаны, можно приступить к раскрашиванию («А теперь возьми цветные карандаши или фломастеры в том же порядке раскрась картинки»).

Возможно, ребенку захочется что-то добавить, дорисовать. Это можно сделать.

Затем терапевт предлагает: «Посмотри, пожалуйста, на всю картину и скажи, что у нас получилось? Что это за ситуация была для тебя?..»

Резюме: «В нашей жизни происходят и будут происходить разные ситуации. И особенно трудными для нас являются те, к которым мы не были готовы. Но жизнь так устроена: что бы не происходило, мы все равно стремимся к нормализации, мы хотим быть, здоровыми, счастливыми.»

Следует отметить, что именно такая тщательная, 3-этапная проработка травмирующего опыта и именно такая последовательность создания картинок способствует созданию *контролируемых воспоминаний*, дает ощущение собственного участия в ней, а не полной беспомощности, ощущение *локальности* подобных ситуаций.

#### **Упражнение «я - реальное и я - идеальное»**

Задача: помочь участникам выстраивать адекватную самооценку.

Материалы: бумага, цветные карандаши и фломастеры для каждого участника.

Инструкция: Разделите лист на 4 колонки.

В первой колонке описываете себя начиная с внешности и черт характера. Далее заполняете колонку "Идеальное «Я». Смысла не будет в этом упражнении, если Вы не заполните 3 и 4 колонку, прописываете и там.

Реальное Я	Идеальное Я	Что буду для этого делать	К какому сроку/ периодичность
1.			
2.			
3.			

Данную таблицу заполните по всем сферам жизни: внешность, черты характера, здоровье, спорт, взаимоотношения с людьми, личная жизнь, семья, финансовое благополучие, деньги, работа, карьера, образование, обучение, личностный рост, саморазвитие, отдых, досуг, хобби.

Вы получите 2 образа «Я». Хорошо, если они совпадают.

Близость или отдаленность образов: "Реальное «Я» и "Идеальное «Я» влияют на самооценку. При различии этих образов и заполнении таблицы Вы увидите, что и как часто необходимо делать, чтобы максимально приблизить их.

Удачи Вам в работе над собой!

### **Медитативные техники**

#### Медитация-визуализация «Маяк».

Цель: помочь преодолеть состояние незащитности, уязвимости, одиночества.

Представьте маленький скалистый остров вдали от континента. На вершине острова – высокий, крепко поставленный маяк. Вообразите, себя этим маяком. Он стоит так прочно, что даже сильные ветры, постоянно дующие на острове, не могут покачать вас. Днем и ночью, в хорошую и плохую погоду вы посылаете мощный пучок света, служащий ориентиром для судов. У вас много энергии, вы в состоянии поддерживать постоянства вашего светлого луча. Этот луч скользит по океану, предупреждая мореплавателей о мелях.

Вы – символ безопасности для людей в море и на берегу. Ощутите внутренний источник света в себя – света, который никогда не может угаснуть.

#### Медитация - визуализация «Место силы»

Цель: эмоциональный отдых, получение положительных эмоций, выход на свои ресурсы.

1 этап:

Сядьте удобно... расслабьтесь... сосредоточьте внимание на своем дыхании... почувствуйте свои плечи... шею... руки... ноги... можете закрыть глаза... если не получается закрыть глаза, найдите точку на полу и задержите на ней взгляд... Представьте себе, что вы идете по душистому зеленому лугу... Мягкая трава качается... приятно жужжат насекомые... ветерок ласкает ваше лицо... волосы... Перед вами озеро... вода прозрачна и серебриста... гоняются друг за другом солнечные зайчики... Вы медленно идете к острову... идете по берегу вдоль озорного ручейка и подходите к водопаду... Вы входите в него и сияющие струи очищают вас... наполняют силой и энергией... За водопадом находится место вашей силы... Вы идете туда... Вот вы уже в месте вашей силы... Осмотритесь вокруг... Для кого-то, может быть, это его собственный дом... для кого-то это уголок двора, где он любил прятаться в детстве... Для кого-то просто полянка в летнем лесу... А может это тихий уютный грот или маленькая пещера... Внимательно изучите свое место силы... Запомните его... И по мере готовности возвращайтесь в круг... Когда вы вернетесь в круг ваше место силы будет с вами...

2 этап: - Индивидуальная работа: клиент рисует свое «место силы».

3 этап: - Обсуждение опыта

#### Мудреци из храма.

Психотерапевты часто используют в медитативных техниках архетипические образы древнего старца-мудреца, храма, пламени свечи и тому подобные (см., например, Дж. Рейнуотер, (1992), поскольку они позволяют человеку получить доступ к ресурсам собственного подсознания. В описываемой ниже психотехнике применяются все перечисленные архетипы.

— Представьте себя стоящим на поляне в летнем лесу. Густая трава подымается до колен, и лепестки цветов касаются ваших ног. Вокруг дерева, их листвой шелестит

теплый ветерок. Солнечные лучи создают причудливую мозаику света и тени. До вас доносятся пересвисты птиц, стрекотание кузнечиков, потрескивание веток. Вам приятен аромат трав и цветов. Кудрявые барашки в синеве летнего неба предвещают отличную погоду.

Вы пересекаете поляну и углубляетесь в лес. Под вашими ногами узкая тропинка. Она едва заметна в траве. Видно, по ней нечасто ходят. Вы не торопясь идете по лесу и неожиданно видите сквозь кроны деревьев крышу здания необычной архитектуры. Вы направляетесь к этому зданию. Деревья отступают, и вы оказываетесь перед удивительным строением. Это храм. Он стоит далеко от суеты городов и уличной толкотни, от погони за призрачным счастьем. Этот храм – место тишины и спокойствия, место для размышлений и углубления в себя. Несколько широких ступеней ведут к тяжелой дубовой двери. Солнечные лучи играют на позолоте узоров, украшающих дверь. Вы подымаетесь по ступеням и, взявшись за золотую ручку, открываете дверь. Она поддается неожиданно легко и бесшумно. Внутри храма – полусумрак и приятная прохлада. Все звуки остаются снаружи. На стенах старинные росписи. Повсюду полки, на которых множество книг, странных фолиантов, свитков. Напротив, двери, через которую вы вошли, – большой дубовый стол, за которым сидит старец в белоснежной одежде. Его добрые и мудрые глаза устремлены на вас. Прямо перед ним в подсвечнике горит свеча.

Подойдите поближе к старцу. Это мудрец, знающий все сокровенные тайны мира, события прошлого и будущего. Вы можете спросить его о том, что вас волнует, – и, возможно, вы получите ответ, которого так долго искали... Мудрец указывает вам на свечу. Вглядитесь в это живое пламя, в его волшебную сердцевину. Смотрите на него... Внутри пламени появляется сначала размытый, а теперь все более четкий образ... Переведите взгляд на мудреца. Он держит в руках календарь. На листе календаря четко выделяется дата, запомните ее...

Время посещения храма заканчивается. Поблагодарите мудреца за то, что встретился с вами...

Вы выходите из храма и прикрываете за собой дверь. Здесь, снаружи, по-прежнему солнечный день. Вы спускаетесь по ступеням и снова выходите на лесную тропинку, по которой возвращаетесь к полянке, где началось ваше путешествие. Вы останавливаетесь, в последний раз окидываете взглядом пейзаж вокруг... и вновь переноситесь сюда, в эту комнату...

### **«Судно, на котором я плыву»**

Приводимая ниже психотехника имеет отчасти диагностический характер. Образ судна, рожденный у участников (тяжелый крейсер, летящая бригантина, углая лодчонка или скользкий неустойчивый плот), плавание, совершаемое на этом судне, можно считать метафорическим отражением представлений человека о самом себе и о своем жизненном пути. Эти образы могут говорить об актуальном физическом и психическом состоянии, о восприятии человеком условия своей жизнедеятельности и способах преодоления им возникающих трудностей и препятствий (согласитесь, есть разница между видением яхты с пробоиной ниже ватерлинии в самый разгар свирепого шторма или стремительно скользящей по волнам каравеллы в лучах восходящего солнца). Однако не стоит говорить участникам о таком толковании визуализаций, тем более что его нельзя считать более чем вероятностной гипотезой.

— Устройтесь поудобнее, займите такое положение, которое кажется вам наиболее комфортным. Закройте глаза и до конца упражнения не открывайте их и не шевелитесь.

Ваше тело начинает постепенно расслабляться. Вы чувствуете, как исчезает напряжение в мышцах. С каждым произносимым словом каждый мускул тела все больше наполняется ощущением покоя и приятной вялости. Ваше дыхание ровное, спокойное. Воздух свободно заполняет легкие и легко покидает их. Сердце бьется четко, ритмично. Обратите свой внутренний взор к пальцам правой руки. Копчики пальцев правой руки как будто касаются поверхности теплой воды. Вы чувствуете пульсацию в кончиках пальцев. Возникает ощущение, что рука постепенно погружается в теплую воду. Эта волшебная вода омывает вашу правую кисть, расслабляет ее и поднимается вверх по руке... До локтя... Еще выше... Вот уже вся ваша рука погружается в приятную теплоту, расслабляется... По венам и артериям правой руки бежит свежая обновленная кровь, даруя ей отдых и питая новыми силами... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично... А теперь ваш внутренний взор обращается к пальцам левой руки.

Текст, приведенный выше, полностью повторяется для левой руки. В конце обязательно дать установку относительно дыхания и сердца.

Обратите луч своего внимания к ногам. Ступни расслабляются. Они чувствуют приятное тепло, напоминающее тепло от огня, горящего в камине. Ощущение такое, как будто ваши ноги стоят на каминной решетке. Доброе, ласковое тепло поднимается по ногам вверх, даруя живительное расслабление и отдых мышцам... Напряжение исчезает... И вот уже мышцы ног расслабляются – от кончиков пальцев до бедра... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Есть еще один источник тепла в вашем теле. Он – в районе солнечного сплетения. Словно маленькое солнышко пропитывает своими животворящими лучами ваши внутренние органы и дарит им здоровье, помогает лучше функционировать... Расправляются, расслабляются мышцы живота и груди... По всему телу распространяется приятное расслабляющее тепло, которое создает ощущение покоя и отдыха... Исчезает напряжение в плечах, в шейном отделе, в нижней части затылка... Вы чувствуете, как скопившееся здесь напряжение растворяется и исчезает... Уходит... Если вы лежите, то ваша спина ощущает добрую силу земли через поверхность, на которой вы лежите... Эта сила позволяет вам расслабиться и вливает в ваше расслабленное тело новую, свежую энергию... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично... Теперь ваш внутренний взор обращается к лицу. Расслабляются мышцы лица... Уходит напряжение из скул... Из челюстей... Губы становятся мягкими и податливыми... Разглаживаются морщинки на лбу... Веки перестают подрагивать... Они просто сомкнуты и неподвижны... Все мышцы лица расслаблены... Легкий, прохладный ветерок омывает ваше лицо... Он приятен и добр- этот воздушный поцелуй... Воздух несет вам свою целебную энергию... Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Все ваше тело наслаждается полным покоем... Напряжение спадает, растворяется, уходит... Усталость улетучивается... Вас наполняет сладостное ощущение отдыха, расслабленности, покоя... Покоя, наполняющего вас новыми силами, свежей и чистой энергией...

Вы расслаблены и свободны. Вы можете оказаться там, где вам хочется быть. Там, где вам хорошо. Для кого-то, может быть, это его собственный дом, для кого-то – это уголок двора, где он любил прятаться в детстве. А для кого-то просто полянка в летнем

лесу, где можно валяться в траве и увидеть над собой ослепительную голубизну... Побудьте немного в этом месте. Напитайтесь позитивной энергией этого дорогого для вас места...

А теперь пойдем дальше... Вы не торопясь идете по дороге и вот уже слышите шум моря – волны накатываются на берег и снова отбегают. И этот звук нельзя спутать ни с чем. Еще поворот, и перед вами во всю ширь, в полмира – вечно подвижная поверхность моря. Звук прибоя здесь слышен гораздо отчетливей, вы чувствуете на губах соленый привкус брызг и видите порт, полный кораблей. Каких только судов здесь нет! Смешались времена и страны в этом волшебном порту. Тут и огромные современные океанские лайнеры, и индейские челноки, выдолбленные из ствола дерева, и древнегреческие пироги, и галеоны испанских конкистадоров, и пиратские шхуны, и катера, и яхты, и рыбацкие баркасы, и изящные бригантины, и плоскодонки, и катамараны. Вплоть до атомоходов, авианосцев и "Наутилуса" капитана Немо...

Вы идете вдоль пирсов и любуетесь всем этим разнообразием форм, красок, оснасток. Знайте, что любое из этих судов может стать вашим. Выберите себе то, что наиболее подходит вам, что нравится вам, что отвечает вашим потребностям и представлениям о нужном именно вам судне... Осмотрите внимательно то, что вы выбрали. Это громадный фрегат или обычная парусная лодка? А может быть, легкий моторный катер? Какова форма этого судна? Обтекаемая, устремленная вперед, рассчитанная на скорость? Или это тяжеловесная, но прочная конструкция, способная выдержать любой шторм? В какой цвет окрашены борта вашего судна? Есть ли у него якорь? А может быть, он вам совсем не нужен? Прочитайте надпись на борту корабля. Каково его название? Какими буквами написано это название?

Взойдите на ваше судно. Кто встречает вас там? Или на борту никого нет? Как выглядит встречающий? Прислушайтесь: он что-то говорит вам... Осмотрите судно изнутри. Если это достаточно большой корабль, не торопясь обойдите его. Загляните в каюты и в рубку... Подымитесь на капитанский мостик... Прогуляйтесь по палубам, спуститесь в трюм... Что вы увидели во всех этих частях своего судна? Зайдите в каюту, которую будете занимать вы. Или просто определите какое-то место для себя на своем судне. Посмотрите – здесь лежит сложенный в несколько раз лист бумаги. Разверните его. Это карта. На ней обозначена цель вашего первого плавания. Что это за цель? Есть ли название пункта назначения?

Отправляйтесь в свое плавание. Ваше судно покидает порт... Все дальше и дальше берег... Вот уже и скрылись за горизонтом верхушки самых высоких мачт кораблей, оставшихся в порту. Вы в море на своем судне, вы сами выбрали свой путь в этом безбрежном морском пространстве... Вы двигаетесь к своей цели... Далеко ли она? Что вас ждет на пути? Не знаю... Сейчас вы увидите продолжение своего фильма о собственном плавании. Смотрите...

Ведущий замолкает. Пусть воображение участников поработает без всяких подсказок в течение одной-двух минут.

Но пора сделать остановку в нашем плавании. Направьте свое судно в ближайшую гавань... Вот и завершается на сегодня ваше путешествие. Вы спускаетесь по трапу. Прежде чем уйти, оглянитесь, посмотрите еще раз на свое судно, запомните, каким вы оставляете его сегодня. Наверное, вы еще не раз будете возвращаться на него, чтобы продолжать и дальше свое плавание. Помните, что оно будет всегда ждать вас у пирса...

Вы уходите дальше и дальше от своего судна... И вновь переноситесь сюда, в эту комнату, начинаете ощущать свое тело...

Сейчас я начну считать от семи до одного. С каждой следующей цифрой вы станете все больше выходить из состояния расслабленности – вплоть до того момента, когда я назову цифру "один" и вы встанете отдохнувшими, бодрыми, полными новых сил и энергии.

С этого момента голос ведущего должен также становиться более бодрым, звучным, эмоциональным. Однако спешить здесь не нужно.

Итак, семь... Вы чувствуете, как к вам возвращается ощущение собственного тела... Вялость и апатия отступают. Вы начинаете возвращаться в свое нормальное состояние. Шесть... Ваши мышцы наполняются силой и энергией... Вы пока неподвижны, но пройдет несколько мгновений, и вы сможете легко встать и начать двигаться... Пять... Сохраняется состояние спокойствия, но оно начинает наполняться ощущением силы и возможности действовать... Расслабленность заменяется собранностью... Четыре. Вы чувствуете, что окончательно пришли в себя и уже готовы к проявлению активности. Бодрость и энергия все больше наполняют вас. Три. Пошевелите ступнями. Вы полностью чувствуете свои ноги и способны легко напрячь мышцы. Пошевелите пальцами рук. Медленно сожмите пальцы в кулак. Два. Не открывая глаз, поворочайте головой. Вы бодры, наполнены силой и энергией. Вы хорошо отдохнули. Вы спокойны и уверены в себе. Один. Открыли глаза. Встали. Не делайте это слишком быстро.

При обсуждении эффектов упражнения, помимо рефлексии состояния, хорошо получить ответы на такие вопросы:

Какое судно вы выбрали для своего плавания? Опишите его.

В какой цвет оно оказалось окрашенным?

Как оно называется?

Встретил ли вас кто-либо на борту судна?

Что сказал вам встречающий?

Что любопытного обнаружили вы при осмотре судна?

Какова цель вашего плавания, зафиксированная на карте?

Увидели ли вы название конечного пункта?

Какая стояла погода при вашем выходе из порта? Что произошло с вами во время плавания?

Рассказы участников могут оказаться очень интересными, насыщенными неожиданными деталями и яркими подробностями. Почти наверняка на ведущего обрушатся вопросы типа: "А что означают слова капитана судна? А почему мой корабль назывался именно так? В чем смысл событий, произошедших со мной в плавании?". Нам представляется, что ведущему лучше воздержаться от оценок и интерпретаций, посоветовав участникам самим поразмышлять о символике образов, подаренных им подсознанием.

### **Медитация «Квантовый скачок»**

Примите удобную позу. Включите тихую музыку или побудьте в тишине.

Представьте, что ваше тело наполняется светом. Пульсирует светом. Излучает свет. Вся ваша аура переливается яркими светлыми красками. Представьте свою ауру как живое движущееся облако света. Вы очищаете себя и наполняете светом.



А сейчас вспомните о том идеальном образе самого себя, о котором мы говорили чуть выше. Как бы вы ни отличались от этого образа сегодня, верьте, что вы можете стать таким, каким хотите! Вы способны творить. Вы творите самого себя сейчас.

Постарайтесь почувствовать, что вы уже совершили квантовый скачок в той области, в какой желаете. Нет никаких ограничений. Вы тот, кем хотите стать! Почувствуйте это состояние. Наполнитесь этими эмоциями. Радость, умиротворение, счастье - испытайте их сейчас! Ответственность тоже, особенно если речь идет о важном poste руководителя. Сила. Уверенность. Насыщенность жизни. Вы излучаете силу.

Подумайте, что вам мешает стать таким, каким вы хотите быть. Превратите эту причину в визуальный образ, в символ. Это может быть стена, гора и т. д. Сконцентрируйте все жизненные препятствия в образе этой стены.

А теперь мысленно отдайте приказ этой стене, горе и т. д. исчезнуть, растаять, разрушиться. Возможно, вы берете в руки волшебную палочку и одним взмахом убираете препятствие. Если вы представили молоток - пусть будет молоток. Все, что вы хотите, лишь бы это работало.

Стена исчезла. Препятствий нет. Ангельский хор приветствует вас в стране ваших грез. Мысленно перешагните (это очень важно!) через бывшую стену и обнимите себя того, сияющего и величественного, каким вы хотите себя видеть! Вы - это он или она. Вы стали тем, кем хотели, кем стремились стать. Почувствуйте радость, наполнитесь вибрациями восторга и успеха и сделайте глубокий вдох.

Откройте глаза. Потянитесь. Улыбнитесь. Знайте, что вы в самом деле совершили квантовый скачок сознания, равного которому нет в мире! А это значит, что перед вами открываются некие невидимые двери в мир вашей мечты.

**\* Я Есмь сила Господа, и все двери распахиваются перед этой силой!**

Я еще раз глубоко осознаю, что в эту самую минуту я достойна всего самого хорошего, что только есть на этой земле. Я отпускаю все обиды и никого не обвиняю. Я начинаю осознавать свою ценность.

Я заключаю торжественный договор с собой и становлюсь самым лучшим другом для себя. Я торжественно обещаю любить себя, оберегать себя, радовать себя и внимательно следить за собственным здоровьем.

Я составляю список тех качеств, которыми хочу обладать. Я создаю в сознании самый лучший и привлекательный образ себя в будущем и начинаю планомерно двигаться к этому образу.

Для того чтобы ускорить движение к своему идеальному образу и положению в обществе, я делаю медитацию «Квантовый скачок», которая помогает мне удалить все внутренние препятствия на пути к реализации моей цели.

Приложение 3 к программе «ЛАДЬЯ»

### ***Семейная дискуссия***

Обсуждение с членами семьи широкого круга проблем, касающихся их жизни и способов решения различных проблем и задач. Дискуссия может преследовать различные цели. Среди них:

- коррекция ложных и иррациональных представлений о способах разрешения семейных конфликтов, наиболее эффективных методов воспитания, распределения обязанностей, планировании времени и т.д.;

- обучение членов семьи приемлемым формам межличностной коммуникации. Психотерапевт регламентирует ход дискуссии, сам активно участвует в ней и использует эту ситуацию для коррекции неэффективного поведения отдельных членов семьи;

- формирование адекватного представления о том или ином аспекте семейной жизни.

### **«Семейная скульптура»**

Каждый член семьи должен создать свой живой портрет семьи, расставляя ближайших родственников согласно собственному взгляду на дистанцию между ними, на ту деятельность, которую они осуществляют по отношению друг к другу и на чувства, которые при этом испытывают. Таким образом опыт каждого воплощается и проецируется в живую картинку.

Одно из многих преимуществ "скульптуры" состоит в ее способности преодолеть чрезмерную завербализированность, заинтеллектуализованность, разнообразные защиты, проекции и обвинения, часто существующие в семейной системе.

Другим преимуществом "скульптуры" выступает тот объединяющий эффект, который она производит на семью, заставляет их думать о себе как о некоем единстве в разнообразии, где важны и целое, и каждый его элемент - самоценная человеческая личность. "Скульптура" не только объединяет семью, она еще подчеркивает индивидуальность каждого. Кроме того, она требует от индивида, обобщить свой личностный опыт, осмыслить его, а затем и проинтерпретировать.

"Скульптура" обеспечивает терапевта возможностью прямой интервенции в семейную систему. Структурный терапевт может при этом помочь членам семьи перераспределить их позиции в семье, способствуя таким образом созданию более приемлемых границ внутрисемейных субсистем. В этом контексте можно утверждать, что "скульптура" может использоваться для внесения позитивных изменений в семью, для того, чтобы она стала более функциональной.

### **Процедура**

"Семейная скульптура" может оказаться уместной на любом этапе диагностики и коррекции. Для ее проведения достаточно хотя бы трех или четырех человек, и некоторое количество легко передвигающейся мебели и предметов, которые могли бы использоваться в качестве заменителей отсутствующих на сессии членов семьи. "Скульптура" может изображать как семью в ее настоящем, так и прошлое семьи. В "скульптуру" может быть также включено и любое требуемое в терапевтических целях количество членов расширенной семьи.

Скульптор обращался с членами семьи так, как будто они сделаны из глины. Скульптор ставит каждого в такую позицию, которая могла бы его невербально охарактеризовать. При этом психотерапевт занимает в семейной скульптуре место самого скульптора, как сам "зодчий" его видит. "Ваяние" продолжается до тех пор, пока скульптор не удовлетворится своим творением. Важно, чтобы другие члены семьи позволили скульптору свободно обращаться с собой как с "материалом", имея в виду, что потом они поменяются с ним местами.

Когда каждый член семьи построит свою "реальную" семейную скульптуру, отражающую эмоциональную ситуацию в семье в данный момент времени, можно попросить построить скульптуру "идеальной семьи".

Психотерапевт имеет возможность вмешиваться в ваяние, предлагая свои варианты и непосредственно комментируя творческий процесс. К "идеальной" скульптуре семьи можно обращаться впоследствии для того, чтобы проследить динамику психотерапевтического процесса. При этом несоответствия между представлениями о структуре семьи ее различных членов является очень существенными и могут быть легче выявлены в ситуации "ваяния" семейной скульптуры, чем на основе традиционных вербальных техник.

Существует много вариантов использования методики "семейная скульптура". Некоторые психотерапевты, применяющие эту методику, просят скульптура придумать для каждого члена семьи слово или фразу, которые бы лучше всего характеризовали поведение этого человека. Членов семьи следует затем последовательно произнести эти слова. В этом случае достигается не только визуальный, но и слуховой эффект.

Могут обсуждаться не только вся скульптура в целом, но и ее отдельные части. Психотерапевт может также задавать следующие вопросы:

1. (каждому члену семьи): Как вы чувствуете себя на этом месте среди ваших родственников?

2. (всей семье): Явилась ли данная скульптура сюрпризом для вас?

3. (каждому члену семьи): Знали ли вы раньше, что скульптор воспринимает вас именно так, как он это изобразил?

4. (всей семье): Согласны ли вы с тем, что ваша семья функционирует именно так, как это изображено в скульптуре?

5. (скульптору или семье): Какие изменения в функционировании семьи вы бы хотели видеть?

6. (скульптору, прежде всех других вопросов): Придумайте название вашему произведению.

Можно также организовать прямо на сессии обсуждение семьей, скульптуром и психотерапевтом проделанной работы.

Скульптура может быть использована и при индивидуальной психотерапевтической работе - тогда роли членов семьи могут исполнять мебель или другие большие предметы, находящиеся в кабинете. Хотя в таком подходе может ощущаться дефицит живого присутствия членов семьи, он тоже очень хорош.

При этом скульптура не должна слишком жестко интерпретироваться, имея ввиду, что она отражает лишь субъективное мнение одного из членов семьи, субъективную реальность его внутреннего мира, но не объективную внутрисемейную ситуацию.

#### ***Ролевая карточная игра («Семейные роли»)***

Данная психотехника представляет собой невербальную методику, которая выявляет те роли и обязанности во внутрисемейном взаимодействии, которые выполняет каждый член семьи. При работе с данной техникой становится ясным характер взаимодействия семьи при совместном решении той или иной задачи. Изучаются также индивидуальные способности, негативные механизмы и семейная динамика.

Члены семьи без предварительного обсуждения выбирают карты (список их приводится ниже) для себя и для других. В картах описывается домашние обязанности,

которые необходимо кому-то выполнять в вечернее время, когда идет подготовка к ужину, собственно ужин, а потом семья укладывается спать. Члены семьи имеют возможность согласиться или не согласиться с соответствием каждой карты конкретному индивиду, а также отклонить те карты, которые они не хотят взять себе.

"Роли-обязанности": Организатор дома, Закупщик еды, Мойщик пола, Его Превосходительство Плохой Исполнитель всех своих обязанностей, Создатель правил, Человек, отвечающий за все и т.д.

"Роли во взаимодействии": Позитивные: Счастливый, Дипломат, и т.д. Негативные: Обвинитель, Жертва, Крикун и т.д.

Оборудование: 36 ролевых карт, лист бумаги, карандаш и резиновую ленту, скрепляющую колоду карт для каждого участника.

Инструкция: "Я сейчас разложу перед вами колоду карт. Мне бы хотелось, чтобы каждый из вас выбрал карты, ему соответствующие и положил бы их около себя на столе так, чтобы другие могли их видеть. Если кто-то выбрал карту, которая, как вы считаете, должна принадлежать вам, запишите ее на листе бумаги, который лежит перед вами. Но имейте в виду, что это не соревнование за то, кто больше получит карт. Играть нужно молча, так что, пожалуйста, не разговаривайте. Карты предназначены не только для вашей семьи, поэтому нет необходимости, чтобы буквально все из них были выбраны. Вы можете считать, что какая-то определенная карта должна принадлежать больше чем одному человеку. Если это так, то отметьте, пожалуйста, это, на вашей бумаге".

Каждому участнику дается также инструкция проверить весь набор карт и убедиться в том, что они распределены правильно. "Если вы не согласны с тем, что какая-то определенная карта должна принадлежать вам или кому-то другому, наговорите информацию об этом на магнитофон". Кроме того, "Если кому-то попала карта, которая, как вы считаете, не должна ему принадлежать, также скажите об этом и положите ее в "неправильную колоду". Когда каждый участник использует свою возможность высказаться по поводу карт других, семье предоставляется возможность избавиться от любых ролей, которые им не нравятся, независимо от того, насколько они точны. Затем каждого участника просят обернуть оставшиеся у него карты резиновой лентой.

#### Приложение 4 к программе «ЛАДЬЯ»

##### **Упражнение «Слепой и поводырь»**

Упражнение проводится в парах. В каждой паре выбирается "слепой" и "поводырь".

Инструкция "поводырям": "Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром". Участники в парах расходятся по комнате (возможен выход за пределы помещения). "Поводырь" ведет "слепого" за собой (или поддерживает его сзади), знакомит его с предметами окружающего мира, людьми, интерьером. Через десять минут участники меняются ролями. После завершения упражнения проводится обсуждение. Участники рассказывают, как они себя чувствовали в роли "поводыря" и "слепого", было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру.

Цель упражнения. Оно рождает много ассоциаций. Оно позволяет на собственном опыте почувствовать, что значит быть зависимым, кому-то из участников оно может напомнить отношения в семье, в классе, в дворовой компании. Упражнение помогает подростку более отчетливо осознать свои жизненные роли и свою позицию.

Проективная методика «Совместный рисунок»

"Совместный рисунок" - эта методика модифицирована под специфические задачи коррекционной работы с детско-родительской парой, а именно – диагностика слияния, моделей поведения, особенностей взаимодействия в паре (родитель - ребёнок).

При использовании данной методики родитель и ребенок последовательно делают три совместных рисунка.

ЭТАП 1.

Родитель и ребенок сидят рядом. Перед ними лежит чистый лист белой бумаги, сориентированный горизонтально, и пачка цветных карандашей (или фломастеров).

Инструкция:

"Я попрошу Вас нарисовать картинку. Рисовать, нужно молча, не разговаривая друг с другом. Каждый из вас будет рисовать только одним карандашом или фломастером, который выберет сейчас".

Дальше психолог предлагает родителю и ребенку выбрать по одному карандашу. После этого еще раз напоминает о том, что, рисовать, нужно молча, и предлагает начать работу. Психологу важно обращать внимание на следующие моменты:

- кто какой карандаш выбрал; кто первым взял карандаш; был ли выбор, сделанный каждым из участников, полностью самостоятельным;
- кто первым начал рисунок;
- кто первым закончил рисунок; как и кем было принято решение об общем окончании работы;
- были ли паузы при выполнении задания у родителя или ребенка; как распределялось пространство листа между рисующими;
- было ли невербальное взаимодействие между родителем и ребенком, какое;
- кому в рисунке принадлежит фигура, а кому – фон;
- есть ли в рисунке две самостоятельные фигуры;
- кому принадлежит фигура, а кому её усиление, выделение;
- кто задаёт тему рисования, а кто её продолжает, развивает;
- кто создаёт фигуру, а кто её раскрашивает, создаёт цветовые пятна, т.о., не создаёт никаких фигур:
- отсутствие границ, пересечение пятен, фигур - это признаки слияния.

После того, как задание выполнено и оба участника закончили рисовать, психолог просит рассказать о том, что изображено на рисунке, не обращая ни к кому конкретно: "Расскажите, пожалуйста, что нарисовано на вашем рисунке?"

При этом важно обращать внимание на то, кто рассказывает основную часть информации, как начинается рассказ: по инициативе самого рассказчика или его просит, заставляет, подталкивает к рассказу партнер. Важно отмечать моменты диалога в процессе рассказа, моменты согласия (несогласия), вносятся ли дополнения в рассказ, кем и какого рода.

Можно предложить родителю и ребёнку выбрать наиболее значимую фигуру из числа своих изображений на листе. Затем предлагается озвучить эту фигуру от первого

лица: кто она, что делает здесь, чего хочет, что нравится и что не нравится ей, может, хочет стать какой-то другой фигурой, почему возникает такое желание, как ей всё то, что нарисовано вокруг, что хочется изменить и т.д.

#### ЭТАП 2.

Родитель и ребенок сидят друг напротив друга, между ними чистый лист белой бумаги (сориентирован горизонтально).

Теперь психолог предлагает родителю и ребёнку поиграть на листе бумаги в войну. Необходимо разделить лист чертой пополам. Определиться, кто на какой стороне будет размещать свои боевые единицы. Оба участника на своей половине листа рисуют условные боевые единицы (в виде кружочка, треугольника, схематично нарисованного танка или бойца). Важно отметить, что одна боевая единица может выстрелить только один раз в сторону противника, поэтому следует плотно заполнять своё пространство на листе бумаги этими боевыми фигурами. Когда оба участника готовы к бою, нарисовано нужное количество боевых единиц на правой и левой половине листа, даётся команда к началу сражения. Необходимо добиться активных действий со стороны обоих участников. Они должны по - настоящему побороться на листе бумаги, войти в азарт, даже разозлиться друг на друга. Воюющие стороны могут сталкиваться карандашами, маневрировать, чтобы как можно больше и быстрее поразить боевые единицы противника. Важен эмоциональный выплеск, снятие напряжения, зажатости, ощущение своей энергии и силы, приобретение опыта сопротивления и проявления нормальной агрессии по отношению к тому, кто подавлял, доминировал, удерживал в слиянии.

#### ЭТАП 3.

Далее процедура повторяется аналогично варианту 1.

По окончании рисования психолог спрашивает каждого: ребенка и родителя о том, какой из рисунков им больше понравилось рисовать, и с чем это связано.

Расположение партнеров (рядом или напротив друг друга) влияет на актуализацию опыта сотрудничества, если сидят рядом, и опыта конфронтации, противостояния, если сидят, напротив.

В коррекционной работе можно использовать либо первый, либо третий вариант рисунка, в зависимости от того, на каком взаимодействии психологу хотелось бы сделать акцент.

При симбиозе подойдет второй вариант, т.к. партнерам необходимо приобретать опыт противостояния.

При доминирующей и потворствующей гиперпротекциях важно развитие, как навыков сотрудничества, так и навыков конструктивного противостояния, поэтому имеет смысл использовать как первый, так и третий вариант.

При повышенной моральной ответственности и эмоциональном отвержении важно сделать акцент, прежде всего на конструктивном взаимодействии.

В ходе выполнения рисунка участниками уместны любые вопросы, комментарии или дополнительные инструкции, которые покажутся важными и необходимыми психологу.

#### **«Рисунок семьи животных»**

При обследовании взрослых людей этот тест часто оказывается более информативным, чем тесты «Рисунок семьи» и «Динамический рисунок семьи». Как и тест «Рисунок семьи», он доступен детям с четырехлетнего возраста.

Проведение тестирования. Лист бумаги кладут перед обследуемым горизонтально. Инструкция: «Нарисуйте семью, состоящую из животных, так, чтобы все члены семьи были разными животными». Можно пояснить, что речь идет о сказочной семье, поскольку на самом деле звериные семьи состоят из одинаковых животных.

Обследуемому не говорят, что предполагается изображение его собственной семьи. Напротив, по инструкции должна быть нарисована некая абстрактная семья. Однако ассоциации обследуемого все равно определяются его самоощущением в своей семье.

Обследуемый может сказать, что не умеет рисовать животных. Тогда ему объясняют, что это не страшно, и если будет непонятно, кого он нарисовал, то он скажет, кто это, а проверяющий запишет. После окончания рисунка проверяющий выясняет, какие это животные, и кто они в семье (кто какой член семьи). Ответы фиксируют в протоколе. Задавая вопросы, нельзя произносить слов «мама», «папа», «ребенок», «бабушка» и др. Нужно использовать нейтральное словосочетание «член семьи».

Обсуждают рисунок так же, как и в тесте «Рисунок семьи».

Если обследуемый «закрывается» от проверяющего, то тест «Семья животных» часто оказывается показательнее, чем тесты «Рисунок семьи» и «Динамический рисунок семьи», так как его направленность менее очевидна. Его можно использовать вместо теста «Рисунок семьи» или в сочетании с ним для получения дополнительных данных.

Встречаются случаи, когда в тесте «Рисунок семьи» обследуемый воспроизводит реальные семейные отношения, а в тесте «Семья животных» – идеализированные (такие, какими он хотел бы их видеть). Встречается и обратное соотношение: чтобы произвести благоприятное впечатление, обследуемый изображает в тесте «Рисунок семьи» идеализированную картину, а в тесте «Семья животных», из-за его большей нейтральности, проявляется прямая проекция реальных семейных отношений. Содержательный анализ рисунков позволяет установить, какой вариант имеет место в каждом конкретном случае.

#### ***«Кинетический рисунок семьи»***

Методика доступна детям, начиная со старшего дошкольного возраста, приблизительно с пяти лет.

Проведение тестирования. В задание по тесту «Рисунок семьи» вводится дополнительная инструкция: «Нужно нарисовать семью так, чтобы каждый член семьи что-то делал, был чем-то занят».

В сравнении с тестом «Рисунок семьи» тест «Кинетический рисунок семьи» позволяет получить более полную информацию о том, как обследуемый воспринимает распределение ролей в семье, какова основная, с его точки зрения, функция у каждого из ее членов. Подростки по этому заданию часто делают очень выразительные рисунки.

Вместе с тем, диагностическая направленность дополнительного варианта более очевидна, чем у исходного теста, и при определенной установке обследуемый может сознательно исказить результаты. Как показывает опыт, функциональная установка обследуемого часто приводит к тому, что по рисунку трудно оценить эмоциональные взаимоотношения между членами семьи.

#### ***Упражнение «Мастерская чудес»***

Цель: Выработать навыки конструктивного общения, совместной деятельности.

Ход: Психолог предлагает совместную деятельность родителям и ребёнку, изготовить «Чудесную поделку» приготовив материалы для изготовления поделки (клей,

цветная бумага, ножницы, скотч и т.д.). Участники должны сами договориться друг с другом что это будет за поделка? как её изготовить? Дать название поделке и т.д.

После выполнения обсудить свои впечатления, какие чувства, эмоции испытали при выполнении совместных действий? что было сложным? что хотелось изменить? что получилось? что понравилось? и т.д.

Рекомендации: При выполнении у участников могут возникнуть затруднения с замыслом, психолог может предложить несколько вариантов на выбор, например, дом, шкатулку, открытку, полянку и т.д. Во время выполнения желательно включить фоновую музыку. Данную поделку можно предложить забрать домой. Упражнение проявляет уровень согласования, потенциальным родителям можно дать рекомендации отдельно на консультации по взаимодействию с ребёнком.

### ***Упражнение «Работа с сердитым журналом»***

Цель: Выработать конструктивные методы и приёмы разрешения конфликта.

Время: 40-45 мин.

Психолог предлагает участникам вспомнить (или предъявить имеющуюся конфликтную ситуацию) любую конфликтную ситуацию и заполнить по ней таблицу:

Конфликтная ситуация	Использованный стиль (конкуренция, уклонение-избегание от конфликта, приспособление, сотрудничество)	Результат применения этого стиля (положительный, отрицательный)	Альтернативный подход	Почему лучше было бы использовать альтернативный подход
1.				

После заполнения таблицы, с участниками идёт обсуждение, в ходе которого отрабатываются как чувства и эмоций, так и вырабатываются наиболее конструктивные методы и приёмы разрешения конфликта.

Рекомендации: Используется при работе с семьёй, в которой уже проживает ребёнок и имеются конфликты. Предварительно участникам даются пояснения о стилях поведения в конфликте, в понятной доступной форме. Психолог отслеживает и при необходимости направляет обсуждение, с тем, чтобы поддерживать благоприятный психоэмоциональный настрой.

## Приложение 5 к программе «ЛАДЬЯ»

### ***«Семейная фотография»***

На основе данной техники можно проанализировать влияние прошлого семьи на ее настоящее. Эта техника поощряет членов семьи подвергать сомнению семейные мифы, правила, системы верований и роли, которые они играют. Методика используется для диагностики и коррекции семейных взаимоотношений.

Психолог просит каждого члена семьи принести определенное количество семейных фотографий, которые могут сказать нечто существенное о взаимоотношениях в



семье. Число фотографий ограничено. По поводу отбора фотографий инструкция не дается.

Обсуждается главная тема взаимоотношений в семье. Каждому члену семьи уделяется до 15 мин, во время которых он представляет выбранные им фотографии и рассказывает, почему именно они были им выбраны, какое значение имеют они для него и какие чувства вызывают.

Существенным оказывается порядок представлений фотографий и то, как это осуществляется. Особое внимание заслуживает очередность: какая фотография является первой, какая — последней. Имеет значение и скорость показа, степень интереса или тревожности, а также поведение членов семьи во время всего действия: серьезные ли, шутят ли, нервничают и т.д.

Психолог задает вопросы о людях и местах, изображенных на фотографии, об общем настроении, атмосфере, царившей на снимке. Предлагаются примерно следующие вопросы: «Кто эти люди на фотографиях?»; «Помните ли вы, что происходило во время съемки?»; «Какие чувства вызывало совместное времяпрепровождение в кругу семьи в этот день?»; «Кто делал этот снимок?»; «Что случилось после того, как фотограф щелкнул объективом фотоаппарата?»; «Расскажите, пожалуйста, об этой комнате»; «Почему люди одеты именно так, а не иначе?»

После того как член семьи закончил представление принесенных им фотографий, других членов семьи просят задавать вопросы и рассказывать о своих наблюдениях во время показа, что помогает открыть новые перспективы внутрисемейного поведения. Просмотр фотографий может продолжаться в течение нескольких встреч. Это упражнение интересно, не вызывает тревожности и служит целям стимулирования воспоминаний, вытесненного эмоционального опыта и эмоциональных переживаний. Во время обсуждения психологом анализируются такие специфические области внутрисемейных взаимоотношений, как власть, зависимость, близость, тревожность, мужские и женские роли членов семьи.

### ТЕСТ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО РЕСУРСА СЕМЬИ (для взрослых членов семьи)

*В.В. Лавров, Н.М. Лаврова*

<i>Вопросы и варианты ответов</i>	Ответ
<b>I Какова стратегия членов семьи при решении семейных проблем:</b>	
1. общее мнение членов семьи учитывается только в делах, важных для семьи, но не в мелочах	.....
2. во всех случаях члены семьи принимают решения, учитывая общие интересы семьи	.....
3. каждый член семьи принимает решения, исходя из собственных интересов.	.....
<b>II Место семьи в системе жизненных ценностей:</b>	
1. достижение высокого общественного положения важнее, чем сохранение семьи	.....
2. самая большая ценность – это дети и их благополучие	.....
3. главное в жизни – построить счастливую семью без разделения чувств к детям и к супругу	.....

<p><b>III Какая степень доверительности существует в семейных отношениях:</b></p> <p>1. максимально ограничиваются сведения, сообщаемые членами семьи друг другу о себе</p> <p>2. каждый сообщает семье только о том, что затрагивает интересы кого-либо из членов семьи</p> <p>3. в семье не существует никаких личных секретов, кроме интимных</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><b>IV Фактор, в наибольшей мере определяющий сплочение семьи:</b></p> <p>1. чувство долга перед семьей</p> <p>2. стремление к повышению материального благосостояния семьи</p> <p>3. сочувствие, взаимопонимание и взаимопомощь членов семьи</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><b>V Какое отношение к несемейным интересам членов семьи:</b></p> <p>1. безразличное, не принято вмешиваться в дела членов семьи, если эти дела не касаются семьи</p> <p>2. одобряются любые интересы членов семьи, при условии, что никому не наносится вред</p> <p>3. осуждаются интересы членов семьи, если эти интересы бесполезны для семьи</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><b>VI Сколько времени члены семьи стремятся проводить в семейной среде:</b></p> <p>1. руководствуются стремлением как можно меньше надоедать друг другу</p> <p>2. вполне достаточно находиться вместе только в свободное время</p> <p>3. есть желание постоянно находиться вместе</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><b>VII Степень участия членов семьи в выполнении семейных функций:</b></p> <p>1. строгое соблюдение требований внутрисемейного контракта распределения обязанностей</p> <p>2. участие в семейных делах только при условии свободного времени</p> <p>3. готовность выполнить любые семейные обязанности, если это требуется по обстоятельствам</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><b>VIII Оценка семейной перспективы:</b></p> <p>1. в перспективе сохранение целостности семьи, несмотря на возможные конфликты.....</p> <p>2. нет причин для опасений будущего нарушения семейной целостности,</p> <p>3. существуют предпосылки для разрушения семейных отношений.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><b>IX Соответствие членов семьи представлениям об их семейной роли:</b></p> <p>1. в основном, соответствуют .....</p> <p>2. соответствовали бы, если бы не мешали друзья и родственники.....</p> <p>3. не соответствуют.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><b>X Способ выхода из внутрисемейных конфликтных ситуаций:</b></p> <p>1. конфликты завершаются после формального примирения без согласования разных мнений .....</p> <p>2. конфликты разрешаются с учетом всех мнений, нередко с помощью юмора.....</p> <p>3. возникающие ссоры и конфликты редко разрешаются, сохраняются обиды членов семьи .....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p><b>XI Всегда ли семейными делами руководит общепризнанный глава семьи</b></p> <p>1. всеми делами управляет глава семьи, смена лидера не допускается.....</p> <p>2. отсутствует единоличный лидер, все члены семьи имеют равные права в управлении делами.....</p> <p>3. семья признает нового руководителя, если он наиболее компетентен в возникшей ситуации.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

*Примечание: ответ выражает мнение о реально сложившихся семейных отношениях, но не пожелание изменения этих отношений*

**Ключ к таблице**

8 баллов за ответы подпунктов: I2, II3, III3, IV3, V2, VI3, VII3, VIII2, IX1, X2, XI3;				
4 балла – подпунктов: I1, II2, III2, IV1, V1, VI2, VII1, VIII1, IX2, X1, XI1;				
0 баллов – подпунктов: I3, II1, III1, IV2, V3, VI1, VII2, VIII3, IX3, X3, XI2				
Сумма баллов и результат оценки ресурса				
88 – 72	71 – 55	54 – 37	36 – 19	18 – 0
<b>Ресурс: высокий положительный</b>	<b>Ресурс: средний положительный</b>	<b>Ресурс: низкий положительный</b>	<b>Ресурс: слабо отрицательный</b>	<b>Ресурс: высоко отрицательный</b>

Приложение 6 к программе «ЛАДЬЯ»

**Психологический тренинг с гражданами,  
испытывшими семейное насилие «Дом без насилия»  
Релаксация**

*«Этот творческий сеанс является временем, когда Вы можете расслабиться и войти в контакт с самой собой, поэтому давайте начнем с релаксации. Сядьте как можно удобнее. Пусть ничто Вас не волнует. Это время, когда Вы отключаетесь от повседневных забот, это время исключительно для Вас. Еще раз проверьте, удобно ли Вам. Если хотите, можете лечь или положить голову на стол и закрыть глаза.*

*Глубоко вдохните – очень, очень глубоко. При вдохе почувствуйте, как Ваши легкие наполняются воздухом. Представьте, как воздух проходит до желудка, и выпятите живот, насколько возможно... Затем выпустите воздух – выдох. Сделав еще один вдох, представьте, что воздух доходит до пальцев на ногах и расслабляет их... Затем вдохните так, чтобы воздух дошел до щиколоток и икр, и расслабьте их... Со следующим вдохом воздух должен дойти до бедер, а Вы должны представить, что воздух расслабляет ноги... Теперь следите за животом. Он напряжен? Когда Вы вдохнете, то представьте, что воздух расслабляет мышцы вашего живота. Пусть все напряжение уйдет вместе с воздухом.... Продолжайте выполнять упражнение, используя дыхание для расслабления: спины, шеи, рук, плеч, головы... Продолжайте глубоко дышать... Сделайте самый глубокий последний вздох так, чтобы все тело расслабилось, и дайте себе возможность оценить, как Вы себя чувствуете в данный момент. Вам хочется спать? Вам грустно? Вы чувствуете умиротворение?*

*... Выяснив это для себя, можете открыть глаза и потянуться так, как Вам этого хочется». Далее в ходе занятия необходимо проговорить, как женщина себя чувствовала в перерыве между занятиями: что появилось нового, какими мыслями она живет – словом, обсудить все, что касается этой женщины на настоящий момент. В оставшееся время следует поработать над личными качествами, особенностями женщины, которые после изнасилования могут мешать ей в жизни: слишком низкая самооценка, неуверенность в себе. Каждое из перечисленных качеств должно быть проработано самостоятельно.*

*Женщине необходимо выполнить дома следующее упражнение: нарисовать солнышко (как рисуют дети) и представить себя в виде этого солнца. Его лучи будут обозначать личные качества пострадавшей, которыми она может восхищаться или гордиться. Таких лучей можно изобразить около 7-10. Однако не нужно стремиться*

перечислить их все немедленно, - бывает, что работа над картинкой длится не один день. Это солнышко может сослужить и в дальнейшем хорошую службу, так как там записаны те качества, которые приходят в голову крайне редко, и женщина не уделяет им должного внимания. Когда женщина начнет в следующий раз обвинять или критиковать себя, она может взглянуть на свои записи и таким образом повысить свою самооценку.

Цель: Личностный рост женщины, основанный на свободе выбора и взаимного принятия.

Помощь женщинам в нормализации психотравмирующего опыта.

Задачи:

- Активизация внешних и внутренних ресурсов для проработки травматического опыта;
- Раскрытие деструктивных установок в отношении себя и своей жизни, суицидальных тенденций, саморазрушительных механизмов, их анализ и постепенная замена на конструктивные, ведущие к преодолению и развитию.

Целевая группа: женщины, пострадавшие от домашнего насилия.

Форма работы: тренинг

Количество часов (занятий): 6 занятий по 180 минут

Актуальность:

Реабилитационная работа с ЖДН (жертвами домашнего насилия) имеет определенные правила и направления. Все они нацелены на преодоление тех психологических изменений, которые происходят под воздействием длительного стресса, а также в связи с самым тяжелым и опасным разрушением, причиняемым насилием:

- разрушением Я-концепции человека;
- разрушением системы ценностей личности;
- отказом от ответственности за свою жизнь;
- нарушением мотивационной сферы.

Наиболее эффективными являются 2 стратегии выхода из кризисной ситуации и преодоления посттравматического стресса:

- 1) целенаправленное возвращение к воспоминаниям о травмирующем событии в целях его анализа и полного осознания всех обстоятельств травмы;
- 2) осознание значения травматического события для жизни, стиля поведения, решений, выборов, принимаемых человеком.

Ожидаемый результат:

- восстановление образа «Я», развитие внутренней устойчивости, принятие себя.
- восстановление личностных границ, разделение и отделение ответственности в ситуациях взаимодействия.

### **Занятие 1. Вводное.**

Цель занятия: знакомство с группой, демонстрация модели поведения на занятиях; информирование группы по основным вопросам, связанным с программой; формирование мотивации к работе по программе; диагностика исходного уровня.

Начало работы. Работа начинается с представления ведущего. Ведущий рассказывает о себе, о своих профессиональных интересах и взглядах, о своем первом впечатлении от группы; в общих чертах говорит о целях и форме организации занятий. Затем следует представление участников группы.

*Упражнение 1 «Интервью»*

Цель: знакомство, погружение в атмосферу тренинга.

Необходимые материалы: не требуются.

Описание: Группа делится на пары. В паре участники по очереди становятся на три минуты «журналистом» и «звездой». «Журналист» готовит краткий рассказ о «звезде» на основе экспресс-интервью, в ходе которого «звезда» рассказывает о том, что готова сообщить о себе группе. По окончании работы «журналисты» представляют «звезд» в общем кругу.

*Упражнение 2 «Выработка правил группы»*

Цель: демонстрация демократичного и безопасного стиля общения, выработка правил групповой работы.

Методы: техника «мозговой штурм».

Необходимые материалы: ватман, маркеры.

Описание: все участники обсуждают проблему и вносят свои предложения, согласуюсь со следующими принципами:

- Принцип «количество порождает качество».

Генерирование разнообразных вариантов решения проблемы. Необходимо высказывать самые различные – в том числе на первый взгляд «неподходящие» и «безумные» варианты. Пусть некоторые из них кажутся смешными или глупыми – главное, чтобы их было как можно больше.

- Принцип «отсроченного решения».

Понимание, что окончательное решение будет принято не сейчас, поэтому можно рассматривать любые варианты. Следует подождать и спокойно обдумать все предложения, не имея в виду, что какое-то из них и есть то единственное, которое будет принято.

Группой формулируются, как минимум, следующие правила:

1. Уважительное отношение друг к другу
2. «Я – высказывания»
3. Конфиденциальность
4. Активное участие
5. Право «стоп»
6. Принятие регламента
7. Выключение на время занятий мобильных телефонов

Правила группы позволяют каждому участнику чувствовать себя в группе безопасно и комфортно, а группе в целом – активно и эффективно работать по программе.

*Упражнение 3 «Планета чувств»*

*(работа по теме занятия)*

Цель: знакомство участников со структурой эмоциональных переживаний.

Время: 15 минут.

Материалы: лист ватмана с изображением четырех «материков» любой формы, который заранее прикрепляется к доске; цветные стикеры 4-х цветов и маркер для ведущего.

Инструкция: Когда мы хотим рассказать о своих переживаниях, мы говорим: «Я чувствую...» Мы редко задумываемся, что этим словом выражаем совершенно разные процессы, которые в нас происходят. На самом деле, мы переживаем ощущения, драйвы, эмоции и чувства.

Ощущения – это то, что мы чувствуем телом. Например, горячо, холодно, колется, щекотно. (Тренер прикрепляет стикеры одного цвета к материку «Ощущения».)  
Драйвы – это напряжение, которое заставляет нас искать возможности удовлетворить потребность. Например, голод, желание спать, желание двигаться, сексуальное желание.

Тренер прикрепляет стикеры другого цвета к материку «Драйвы» (3–4 шт.).

Эмоции – это то, что мы переживаем. Например, радость, страх, гнев. (Прикрепляет стикеры к соответствующему материку.)

Эмоции – это простейшие переживания, хотя они могут быть очень сильными. Эмоции недолговечны. Они приходят и уходят. Когда они становятся постоянными или длительными, это называется эмоциональным состоянием.

Когда они сплетаются, соединяются, мы называем это чувствами. Чувства – это тоже переживания, но они сложнее эмоций. Например, любовь. Когда мы чувствуем, что любим, на самом деле мы переживаем одновременно много эмоций и чувств – и радость, и тревогу, иногда страх. Ревность – тоже сложное чувство. Когда мы ревнуем, мы боимся потерять человека, обижаемся, сердимся. Или враждебность – мы часто одновременно переживаем и презрение, и гнев, и даже страх или отвращение. Чувства всегда переплетаются с нашими мыслями. (Тренер приклеивает стикеры с надписями.)

Какие еще чувства, эмоции, драйвы и ощущения вы можете назвать? Вы называйте, а я буду писать на стикерах и приклеивать к «материкам» чувств.

Участники отвечают с места. Тренер определяет, что названо, и помещает стикер на соответствующий «материк».

Теперь давайте разберемся в некоторых тонкостях. (Вопросы задаются в круг, и после 2–3 ответов (правильных или ошибочных) тренер сообщает правильный ответ.)

– Чем отличается гнев от агрессии? (Гнев – это эмоция, а агрессия – это действия, наносящие вред кому-либо или чему-либо.)

– Чем отличается радость от удовольствия? Радость – это очень активная эмоция или чувство, она тонизирует, сердце бьется сильнее, хочется двигаться, смеяться. А удовольствие – это переживание спокойное, расслабленное.

– Чем отличается грусть, печаль от тоски или горя? Грусть, печаль – это чувства или эмоции тихие, сопровождаются расслаблением. Хотя они и не считаются положительными эмоциями, иногда человек получает удовольствие от грусти. А тоска или горе всегда сопровождаются душевной болью, напряжением, страданием.

– Чем отличается вина от стыда?

Вина – это чувство, которое мы ощущаем, когда нарушаем внутренние правила, т. е. те, которым мы внутренне следуем. Нам могут говорить: «Ты ни в чем не виноват!» А мы все равно чувствуем вину. А стыд всегда связан с тем, что подумают о нас другие люди. Мы можем не чувствовать вины, но нам все равно бывает стыдно, если мы знаем, что нарушили правила, которые установили люди. Эти чувства часто переплетаются так, что трудно их разделить.

Обсуждение: не требуется.

Подведение итогов: не требуется.

*Упражнение 4 «Радуга чувств»*

Цель: Обучение сознанию своего эмоционального состояния.

Материалы: листы А4 по 2 для каждого участника. Наборы фломастеров, карандашей.

Условие: проводится сразу после упражнения «Планета чувств»

«Мы с вами переживаем множество чувств и эмоций. Посмотрите на тот список, который мы составили во время предыдущего упражнения. Возьмите лист бумаги и перепишите их столбиком...

Теперь каждое чувство или эмоцию обозначьте каким-нибудь цветом, каким вам захочется – главное, чтобы они были разными. Поставьте кружок или квадрат рядом с названием чувства...

А теперь возьмите второй лист бумаги, фломастеры и нарисуйте две радуги. Это будут не обычные радуги. В них может быть больше семи цветов или меньше, и цвета могут быть совсем другие.

Одну радугу надо составить из тех чувств и эмоций, которые вы переживаете последние несколько дней – позавчера, вчера, сегодня.

Вторую радугу нужно составить из тех чувств и эмоций, которые вы переживаете обычно, чаще всего в жизни».

Обсуждение: «Удалось ли вам в радуге передать свое эмоциональное состояние? Отличается ли ваше сегодняшнее состояние от обычного? Если да, то чем?»

Резюме ведущего: «Иногда бывает важно разобраться в своем состоянии, понять его. Вы можете использовать для этого радугу».

#### *Медитация «Избавление»*

Эта медитация перенесет вас в место вашей силы, где вы сможете избавиться от всего лишнего, чужого, ненужного вам, мешающего вашему счастью и развитию. Вы освободитесь от всех накопленных негативных эмоций, страхов, мыслей, воспоминаний, боли, обид, разочарований. И вы наполнитесь новыми позитивными чувствами — любовью, радостью и счастьем! Вы выйдете из нее обновленным и счастливым человеком!

Итак, примите удобную позу, закройте глаза и начинайте расслаблять каждую часть своего тела. Когда вы полностью расслабитесь, сконцентрируйте своё внимание на процессе дыхания. Некоторое время наблюдайте за своим дыханием.

Когда вы достигнете состояние полного расслабления, представьте, что вы находитесь на берегу моря. Легкий бриз слегка играет с вашими волосами, вы ощущаете тепло восходящего солнца и мокрый прохладный песок под ногами, слышите шум прибоя.

Но вас что-то волнует, что-то не дает вам полностью расслабиться и наслаждаться этим чудесным местом. Что это? Загляните внутрь себя и вы увидите, что вам мешает жить полной яркой жизнью. Может быть это обида, боль или разочарование из прошлого, или чувство вины, а может это страх перед будущим? Вы точно знаете, что это, сформируйте мысленно свою проблему, от которой вы бы хотели избавиться.

А теперь оглядитесь вокруг вас и найдите камень. Он может быть большим или маленьким, это зависит от размера вашей проблемы, главное, чтобы вы смогли его поднять. Вложите в этот камень всю вашу боль, все негативные эмоции, которые вы храните в себе, которые мешают вам жить. Теперь поднимите этот камень, почувствуйте его тяжесть, которая давила на вас раньше, и выкиньте его далеко в море.

Ваших проблем больше нет, почувствуйте легкость и радость. Вы свободны! Теперь вы можете жить, не оглядываясь на прошлое и не боясь будущего. Побудьте в

этом месте еще столько, сколько вам хочется. Не думайте не о чем, просто слушайте море и любуйтесь красотой.

Постепенно выходите из медитации. Пошевелите пальцами рук, пальцами ног, потрите руки одна об другую и приложите к лицу, почувствуйте тепло, затем откройте глаза, побудьте еще немного в этом положении.

#### *Завершение работы*

Цель: подведение итогов занятия.

Группа высказывается на тему:

- Что нового произошло за время занятия?
- Что удивило, оказалось неожиданным?

## **Занятие 2.**

### *Упражнение 1 «Рисуем деревья»*

Это занятие позволяет развить чувство причастности к коллективу, групповую сплоченность, доброжелательные взаимоотношения, сочувствие, сопереживание. Сочетание изобразительного творчества и музыки побуждает к самораскрытию, исследованию своего эмоционального состояния, переживаний, личных проблем.

Пространство арт-терапевтического взаимодействия следует организовать так, чтобы в помещении образовалось три условных круга: свободная от мебели территория, на которой можно двигаться, танцевать; круг из стульев (по числу присутствующих на занятии); расположенные по кругу столы для работы.

*Материалы:* восковые мелки, цветные карандаши, фломастеры, краски, гуашь, бумага формата А4, большой лист ватмана (лучше в форме круга или эллипса); аудиозаписи музыкальных композиций и проигрыватель.

Участникам предлагают занять удобное положение (встать, присесть, сесть на пол, если есть соответствующие условия, - по желанию).

*Ведущий дает такие инструкции:* «Закройте глаза. Представьте цвет, звук, мелодию, движения, с помощью которых можно было бы выразить ваше состояние „здесь и сейчас“. Встаньте в общий круг. Попробуйте описать словами и показать ваши ощущения.

Сейчас мы будем представлять себя деревьями. Когда музыка закончится, запомните свои ощущения, выберите себе любые карандаши и краски и нарисуйте представленные вами образы одного или нескольких деревьев и возникшие ассоциации. Придумайте рисунку название и историю, которую ваше дерево хотело бы рассказать другим деревьям».

Звучит медленная, мелодичная музыкальная композиция без слов.

«А теперь закройте глаза и постарайтесь увидеть лес. Представьте себя в образе дерева. Найдите ему место среди других деревьев. Выберите в аудитории подходящее место, где дереву удобно качать ветвями, расти вверх и даже танцевать. Покажите движениями, танцем, как оно себя чувствует. Одинокое дерево открыто всем ветрам. Летом его обжигает солнце, зимой остужает мороз. Даже зверю трудно спрятаться под одиноким деревом. Хорошо, когда рядом есть добрые и надежные друзья. Подойдите друг к другу так близко, как вам этого хочется. Пусть ваши деревья образуют несколько рощиц. Бережно соприкоснитесь пальчиками-листочками».



(Это дает ведущему возможность обратить внимание на особенности внутригрупповых взаимоотношений.)

«Попробуем все вместе создать образ очень сильного, могучего дерева. Встаньте рядом друг с другом, в круг. Какой огромный, надежный ствол получился у дерева! И ветви тянутся вверх, переплетаясь между собой. В такой кроне тепло и уютно белкам, птицам. А само дерево ничего не страшится: ни бури, ни грозы, ни одиночества».

Ведущему важно заметить, в каком из предложенных образов участник занятия чувствует себя комфортнее и увереннее.

*Индивидуальная работа.* Каждый участник занимает место за рабочим столом и рисует возникшие у него образы и ассоциации, обдумывает их и сочиняет историю своего дерева.

*Этап вербализации.* Участники пересаживаются в круг, составленный из стульев, кладут на пол внутри круга свои работы так, чтобы всем было удобно их рассмотреть. Затем каждый рассказывает о своем рисунке. Степень открытости зависит от самого «художника». Если он по какой-то причине молчит, можно попытаться деликатно его расспросить, например, о чувствах, надеждах, мечтах, желаниях дерева-образа, но не следует настаивать на этом.

*Чтобы прояснить детали рисунка или рассказа, ведущий и другие члены группы могут дополнительно задавать косвенные вопросы:*

1. Где твоему дереву хотелось бы расти: на опушке или среди других деревьев?
2. Есть ли у него друзья и враги?
3. Боится ли чего-нибудь это дерево?
4. Грозят ли ему какие-либо опасности?
5. О чем мечтает это дерево?
6. Какое настроение у твоего дерева?
7. Это дерево скорее счастливо или несчастно?
8. Если бы вместо дерева был нарисован человек, то кто бы это был?
9. За что его любят люди?
10. Что снится дереву?
11. Какой подарок его мог бы обрадовать?
12. Чем можно помочь дереву, если оно болеет?

*Далее участникам предлагается сохранить образ дерева, отделить его от фона:* «Аккуратно оторвите по контуру изображения дерева внешнюю, лишнюю часть рисунка. Это следует делать пальцами, ножницами пользоваться нельзя».

*Коллективная работа.*

*Инструкция:* «Представьте, что большой лист ватмана на полу - это поляна, на которой вырастут ваши деревья. Каждый вправе решать, где удобнее разместить рисунок: в лесу среди других деревьев, в маленькой рожице или в стороне от других деревьев. Выберите подходящее место и расположите деревья на плоскости листа. При желании измените первоначальное положение вашего рисунка».

На этом этапе особенно значимо состояние уверенности, ощущение принятия и защищенности. Рисунки можно перемещать многократно.

*Заключительный этап.* Занятие завершается добрыми пожеланиями.

Это упражнение можно повторять несколько раз в течение тренинга, чтобы участницы могли видеть динамику собственного состояния. В начале работы группы женщины чаще всего изображают себя в виде сломанного растения или комнатного растения в цветочном горшке. В конце работы нередко можно видеть ярко выраженную положительную динамику самочувствия. Женщины изображают себя в виде деревьев с плодами, с живыми зелеными ветками. Важно, чтобы женщины сами нашли свои прежние рисунки в папках и сравнили их.

#### *Упражнение 2 Медитация «Исцеление»*

Примите удобную позу, закройте глаза и начинайте расслаблять каждую часть своего тела. Когда вы полностью расслабитесь, сконцентрируйте своё внимание на процессе дыхания. Некоторое время наблюдайте за своим дыханием.

Когда вы достигнете состояние полного расслабления, представьте, что Вы окружены зеркальной сферой, надо не просто представить себе, а попытаться прочувствовать эту зеркальную сферу, буквально увидеть ее вашим внутренним взором. Изнутри она прозрачная, вы можете видеть все, что происходит вокруг, а снаружи зеркальная, никто не может видеть вас.

Почувствуйте, что вы являетесь хозяином этой сферы, это действительно так, и что все положительное влияние проходит сквозь сферу, а негативное отзеркаливается, не волнуетесь, негатив может отзеркнуться только тому, кто его послал, и вернется при этом к нему с удвоенной силой!

Необходимо выполнять эту медитацию каждый день, в первый день защита будет довольно слабой, но с каждым днем будет становиться все сильнее. Также и ваша способность к концентрации и представлению сферы будет улучшаться с каждым днем.

#### *Завершение работы*

Цель: подведение итогов занятия.

Группа высказывается на тему:

- Что нового произошло за время занятия?
- Что удивило, оказалось неожиданным?

### **Занятие 3.**

#### *Упражнение 1. Работа с маской*

Цель: коррекции разнообразных страхов.

В процессе рисования происходит «оживление» страха в изображении и вместе с тем осознание его условного характера. Доверительные отношения, которые складываются на занятии между участниками, усиливают нужный результат.

Арт-терапевтическое пространство включает персональные рабочие места для индивидуального творчества, круг из стульев, столы для коллективной работы подгрупп, пространство-сцену.

Материалы: сангина, художественный уголь, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой подгруппы), клей, мягкий ластик, кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. Могут понадобиться спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки.

Участники занимают места для индивидуальной работы. Можно начать с различных упражнений с цветом. Например, участникам предлагают вспомнить, какие чувства они чаще всего испытывают, нарисовать их красками в виде разноцветных пятен,

подписать названия. Можно предложить участникам изобразить с помощью линий и цвета определенные эмоции: страх, любовь, злость. Основное условие: рисунки должны быть абстрактными, т. е. не содержать конкретных образов, пиктограмм, символов-штампов (сердечки, цветочки, стрелы и др.). Каждый работает самостоятельно. На изображение одной эмоции отводится 2—3 минуты.

На этом этапе обсуждение обычно не проводится; если в группе существует сильная потребность поделиться впечатлениями, надо направить вербальное самовыражение участников на обсуждение их чувств, мотивов выбора цвета, формы, но не анализировать собственно изобразительную продукцию.

*Актуализация эмоции страха.*

Участники занимают места на стульях, расставленных по кругу. Инструкции ведущего: «Всем - и взрослому, и ребенку - знакомо чувство страха. Закройте глаза и представьте ситуацию, когда вам было страшно, и свои ощущения. Придумайте этому название. Откройте глаза. Расскажите о своих чувствах».

Желательно, чтобы первым говорил тот участник, на лице которого ведущий увидел наиболее сильные эмоции. Если он отказывается, нельзя принуждать его говорить.

Возможен и другой вариант: всем присутствующим предлагают разделить на пары и рассказать друг другу самые страшные сны или истории из жизни.

*Индивидуальная работа - «материализация страха».*

Участники вновь занимают места для индивидуальной работы.

*Инструкции ведущего:* «Нарисуйте свой страх на листе бумаги. Необязательно кому-либо показывать результат. Поступите с рисунком так, как вам хочется. Его можно смять, порвать, сжечь или уничтожить другим способом».

После того как участники расправились со своими материализованными в рисунках страхами, им предлагается *следующая инструкция:* «Нарисуйте на листе бумаги страх в виде маски, используя сангину или художественный уголь. По-черному или коричневому фону можно рисовать белым мелом или высветлить контуры изображения ластиком. Оторвите пальцами лишнюю бумагу - фон рисунка. Ножницами пользоваться нельзя».

Возможна интерпретация некоторых признаков маски. Информативны размер, изображенная эмоция, наличие таких элементов, как глаза, рот, зубы, уши, рога и др.

*Ритуальная драматизация - «спонтанный театр».*

Создается ситуация «публичного» проживания страха. Для совместного творчества участники объединяются в подгруппы по 3—5 человек.

*Инструкции ведущего:* «Рассмотрите изображения масок. Обменяйтесь впечатлениями. Придумайте название и содержание истории, в которой маски были бы главными действующими лицами. Расположите их на листе ватмана и дорисуйте картину, используя любые материалы. Распределите и отрепетируйте роли в соответствии с придуманным сюжетом. Каждый будет говорить от лица своей маски».

Затем каждая группа выходит на импровизированную сцену. Остальные участники в это время - зрители. Получается небольшой спектакль, причем, как бы ни был страшен первоначальный сюжет, в момент озвучивания он вызывает смех и у актеров, и у зрителей.

*Заключительный этап - обсуждение.*

В процессе коллективной рефлексии каждый участник вербализует собственные впечатления, например, отвечая на вопросы:

1. Что ты чувствовал, когда работал один, с группой, что чувствуешь сейчас?
2. Как работала группа? Кому принадлежит идея сюжета, названия?
3. Как можно помочь себе и другим, если вдруг станет страшно?
4. Какого цвета твои чувства, когда бывает страшно?
5. Какого цвета твои чувства сейчас?

Одновременно обсуждаются индивидуальные рисунки, выполненные на этапе «настройки».

#### *Упражнение 2 «Комплименты»*

Цель: отработать навыки эмпатии и новых способов поведения, сформировать умения делать комплименты и создавать позитивные установки друг на друга.

Описание: Ведущий дает задание: «Вы можете свободно передвигаясь по комнате подходить к любому члену группы и обмениваться комплиментами, добрыми пожеланиями, похвалами. Возможно, этот человек чем-то помог вам в процессе тренинга, поблагодарите его. Таким образом, обойдите всех участников тренинга». Для этого упражнения фоном можно задействовать лирическую музыку.

*Завершение занятия.*

#### **Занятие 4.**

##### *Упражнение 1 «Четыре квадрата»*

Цель: развитие толерантности к себе и другим. Формирование положительного отношения к себе, принятие себя.

Инструкция: «Возьмите лист бумаги и разделите его на четыре квадрата. В углу каждого квадрата поставьте цифры 1, 2, 3, 4. (Ведущий показывает свой лист, разделенный на четыре части с пронумерованными квадратами.)

1	2
3	4

Теперь в квадрате 1 напишите пять ваших качеств, которые вам нравятся и которые вы считаете положительными. Можно назвать качества одним словом, например «находчивый», «надежный». А можно описать их несколькими словами, например, «умею по-настоящему дружить», «всегда довожу начатое дело до конца».

После того как задание выполнено, тренер предлагает «Теперь заполните квадрат 3: напишите в нем пять ваши качества, которые вам не нравятся, которые вы считаете негативными. Вы можете писать совершенно искренне, если вы не захотите, никто не узнает о том, что вы написали».

После того как заполнен квадрат 3, тренер предлагает: «Теперь внимательно посмотрите на качества, которые вы записали в квадрате 3, и переформулируйте их так, чтобы они стали выглядеть как положительные. Для этого вы можете представить, как эти качества назвал бы человек, который вас очень любит и которому в вас нравится все. Запишите переформулированные качества в квадрате 2».

После того как заполнен квадрат 2, тренер предлагает: «Теперь представьте, что вас кто-то очень не любит и поэтому даже ваши положительные качества он воспринимает как отрицательные. Посмотрите на качества, записанные в квадрате 1, переформулируйте их в негативные (с точки зрения вашего врага) и запишите в квадрате 4».

После того как все квадраты заполнены, тренер предлагает: «А теперь прикройте ладонью квадраты 3 и 4, и посмотрите на квадраты 1 и 2. Видите, какой замечательный человек получился!»

Теперь, наоборот, закройте ладонью квадраты 1 и 2, и посмотрите на квадраты 3 и 4. Жуткая картина! С таким человеком никто не захочет общаться.

А теперь посмотрите в целом на свой лист. Ведь на самом Деле вы описали одни и те же качества. Это все вы. Только с двух точек зрения: с точки зрения друга и с точки зрения врага.

Нарисуйте на пересечении квадратов круг и напишите в нем крупную букву «Я».

Иногда участники испытывают затруднения при переформулировании своих качеств. Нужно предоставить им возможность обратиться за помощью к тренеру или к группе в целом (в этом случае процесс может стать увлекательной тренировкой для всей группы).

Обсуждение может касаться того, какие качества было анализировать и переформулировывать, положительные или отрицательные, в каких ситуациях может пригодиться этот навык.

Тренер может предложить участникам проанализировать по той же схеме своих оппонентов по потенциальному или уже разгоревшемуся конфликту. Такой подход к «противнику» помогает найти в нем позитивные качества и иногда меняет отношение к нему, минимизируя риск конфликтного развития событий. Полезным может оказаться и анализ своих качеств с точки зрения оппонента.

#### *Упражнение 2 Медитация - визуализация «Мудрец»*

Цель: формирование установки на необходимость поиска смысла жизни, вербализация представлений о своем предназначении, формулирование «стратегических целей».

Необходимые материалы: спокойная музыка в качестве сопровождения.

Описание: организуется индивидуальная работа. Участникам предлагается сесть в удобной позе, расслабиться, по желанию можно закрыть глаза. Ведущий произносит спокойным размеренным голосом:

Представьте себе летнее утро. Вы – в долине, окруженной горами. Постепенно осознавайте окружающий мир: воздух чист, небо голубое, кругом трава и цветы. Теплый ветерок нежно ласкает ваше лицо. Почувствуйте, что ваши ноги стоят на земле. Осознайте, во что вы одеты. Посвятите какое-то время тому, чтобы ясно увидеть все эти детали.

Вы испытываете ощущение ожидания и готовности. Вы смотрите вокруг и видите гору. Она совсем близко, и при виде вершины в вашей душе возникает чувство необычайного подъема.

Вы решаете взойти на вершину. Дорога к горе проходит через сосновый бор, растущий у ее подножья. Вы идете среди золотистых, согретых солнцем стволов, глубоко вдыхая воздух, наполненный густым ароматом смолы и хвои, запахами спелой земляники и сухой травы.

Выйдя из леса, вы вступаете на горную тропу, круто уходящую вверх. Поднимаясь, вы ощущаете нагрузку, которая приходится на ноги, и приятное тепло, разливающееся по телу.

Но вот тропа закончилась – перед вами только уступы скал. Восхождение продолжается, подъем становится все круче. Теперь вы вынуждены прибегать к помощи рук.

Вы чувствуете, что поднимаетесь все выше. Воздух становится более свежим и разреженным. Вас окружает тишина.

Теперь вы входите в облако. Вокруг ничего не видно: сплошной туман. Вы медленно и осторожно продвигаетесь вперед, едва различая свои руки, опирающиеся на сырые, прохладные камни.

Вскоре облако остается позади, и перед вами снова открывается необъятное небо. Здесь все гораздо ярче, чем внизу. Воздух необычайно чист и прозрачен, сверкает солнце, краски вокруг живые, насыщенные. Вы готовы идти дальше. Подниматься стало легче: вы словно не ощущаете веса, вас влечет к вершине, и вы полны желания ее достичь.

По мере приближения к вершине вас охватывает все усиливающееся ощущение высоты. Вы останавливаетесь и озираетесь вокруг. И вблизи, и дальше, насколько хватает глаз, вы видите другие вершины. Глубоко внизу осталась долина с несколькими деревушками.

Наконец вы достигли своей цели: вы на вершине горы, на большом плоскогорье. Стоит полная тишина. Над вами бездонное голубое небо.

Вы замечаете, что кто-то приближается к вам. Это мудрый и любящий вас человек. Он готов выслушать то, что вы собираетесь ему сказать, и поведать вам обо всем, что вы хотите узнать. Поначалу он возник вдалеке, в небесной глубине, как едва различимая светящаяся точка.

Человек тоже заметил вас. Вы медленно идете навстречу друг другу. Вы ощущаете его присутствие, и оно пробуждает в вас радость и силу.

Вы видите прекрасное лицо и светлую улыбку – и чувствуете, что от чудесного человека исходит тепло любви. Теперь вы стоите лицом к лицу. Вы смотрите мудрецу в глаза.

Вы можете задать мудрецу вопрос о своем предназначении. Внимательно и тихо ждите ответа. Если он вам ответит, то, возможно, вы захотите продолжить диалог.

По окончании упражнения участники открывают глаза и по желанию делятся своими впечатлениями. Структурированного обсуждения не проводится.

Резюме ведущего:

Чтобы понять, куда идти по жизни, нужно прислушаться к самому себе и задать себе вопросы: Кто я такой? Зачем я живу?

## **Занятие 5**

### ***Техника 6. «Рисуем агрессию»***

Цель: работа с агрессивными эмоциями, осознание мотивов поведения.

Арт-терапевтическое пространство включает круг из стульев и персональные рабочие места (стол и стул) для индивидуального творчества. Необходимо свободное пространство для работы в малых группах, а также стилизованная сцена.

*Материалы:* сангина, художественный уголь, восковые мелки, листы бумаги формата А4, листы ватмана (по одному для работы каждой малой группы), клей, мягкий ластик, кусочки мела, цветные карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски. Могут понадобиться лоскутки ткани разных цветов и размеров, старые журналы для коллажа и т.п., а также спички и емкость, в которой можно безопасно сжигать рисунки.

Участники занимают места на стульях, расставленных по кругу.

*Инструкции ведущего:* «Закройте глаза и представьте цвет, соответствующий вашему настроению. А теперь по очереди опишите свои ощущения, ответив на вопросы: «Какой вы представили цвет? Какая это краска? Какой звук?» Покажите этот цвет движением. Каково ваше настроение на ощупь? Какой оно температуры? Настроение можно нарисовать. Используя любые изобразительные средства, создайте образ вашего настроения».

Если достаточно времени и у ведущего есть потребность в получении дополнительных диагностических сведений о каждом участнике, можно использовать *другие варианты этапа настройки.*

«Займите места за столами. Приготовьте бумагу, карандаши, краски и другие материалы, необходимые для рисования. Закройте глаза и постарайтесь вспомнить ситуацию, в которой вы испытывали самую сильную злость. Попробуйте полностью сконцентрироваться на этом чувстве. Если это удалось, откройте глаза и молча начинайте рисовать. Вы можете изобразить и другие негативные эмоции на отдельных листах».

*Возможны и такие инструкции:*

1. Нарисуй себя в минуты гнева (злости, ярости).
2. Нарисуй портрет очень агрессивного (злого) человека.
3. Нарисуй драчуна.
4. Нарисуй, какие чувства ты испытываешь, когда твоему недругу больно и обидно.
5. Нарисуй, какие чувства ты испытываешь, когда ты сам причинил недругу боль.
6. Представь, что незнакомые тебе люди дерутся друг с другом. Нарисуй, что ты делаешь и где находишься в этой ситуации.

Результаты этой работы графически отражают степень агрессивности.

*Актуализация агрессии.*

*Инструкции ведущего:* «У каждого человека иногда бывает плохое настроение. Оно может проявляться во враждебности, повышенной агрессивности, злости. Закройте глаза и постарайтесь почувствовать, мысленно пережить это состояние. Нарисуйте символический образ агрессии на листе бумаги. Работу можно никому не показывать. Поступите с рисунком так, как вам хочется. При желании исправьте, дорисуйте изображение или уничтожьте работу любым способом (сомните, порвите, сожгите и т. п.). Так вы приобретаете власть над своими чувствами».

После того как участники расправились со своими материализованными образами гнева, враждебности, ярости, им дается *следующая инструкция:* «Нарисуйте на листе бумаги агрессию в виде маски, используя сангину или художественный уголь. Для этого сначала „запачкайте“ белый лист бумаги, создайте черный или коричневый фон. Используйте размашистые, энергичные движения. Затем белым мелом или ластиком выделите контуры и детали изображения. Оторвите пальцами лишнюю бумагу так, чтобы

получилась маска. Сделайте, по желанию, дырочки для глаз, рта. Ножницами пользоваться нельзя».

В процессе рисования происходит актуализация агрессивных чувств и вместе с тем осознание условного характера их изображения. На данном этапе участники развивают умение анализировать свои чувства, сознательно их вызывать и, следовательно, в определенной мере контролировать.

*Драматическая импровизация* - коллективная работа в подгруппах по 3—4 человека. Инструкции ведущего: «Объединитесь в группы по 3—4 человека. Возьмите большие листы ватмана. Рассмотрите маски, обсудите изображенные эмоции, образы. Придумайте название и содержание сюжета, в котором нарисованные вами маски были бы главными действующими лицами. Расположите их на листе ватмана и дорисуйте картину. Можете использовать любые изобразительные средства и материалы. Подготовьте небольшой спектакль в соответствии с придуманной историей. Важно, чтобы у автора каждой маски была собственная роль».

После того как работа в группах завершена и спектакли отрепетированы, участники показывают их друг другу. «Спонтанный» театр помогает перевести травмирующие переживания в игровую форму. Эмоциональное переключение приводит к катарсису, освобождению от неприятных эмоций.

Возможна также и своеобразная игра с агрессией (в масках). Положительная сторона такой театрализации - это сильная эмоциональная разрядка. Вместе с тем ситуация может выйти из-под контроля. Поэтому важно заранее предупредить группу о необходимости внимательного и бережного отношения друг к другу.

#### *Рефлексивный анализ.*

Участники занятия садятся на стулья, расставленные по кругу, на некоторое время закрывают глаза и размышляют над следующими вопросами:

1. Что вы чувствовали, когда работали индивидуально, показывали и смотрели «спектакль», что чувствуете сейчас?
2. Как работала группа? Как возникла идея сюжета, названия, сценария?
3. Как можно помочь себе, если вдруг начинаешь злиться?

Далее участники обмениваются впечатлениями.

Для завершения групповой работы с жертвами насилия полезно также *овладение приемами самопознания*. Эту работу целесообразнее начать с обращения к личному опыту участников. Их просят вспомнить о тех способах выхода из сложных жизненных ситуаций, которые им приходилось применять, рассказать об управлении своим настроением, отрицательными эмоциональными состояниями и т.д. Многие приходят к выводу о том, что мало знают себя, не всегда обращают внимание на то, что с ними происходит в разные периоды и в различных ситуациях.

В ходе занятий осваиваются некоторые техники самопознания, в том числе с помощью домашних заданий. Например, участникам предлагают описать, как меняется их настроение в зависимости от отношений с окружающими, или пронаблюдать в течение недели за тем, как их диета влияет на работу кишечника. Можно проводить самостоятельные наблюдения по таким темам: «Мои обиды и огорчения в течение последнего месяца»; «Как я веду себя с неприятными людьми»; «Жалость к себе: когда она возникает?»; «Умею ли я прощать других и себя?»; «Мое отношение к диетам» и др.

#### *Упражнение «Развилка»*



Цель. Стимуляция переживания опыта жизненного выбора.

Вид. Упражнение-схема.

Материалы. Листы А3, наборы цветных фломастеров. Доска или лист ватмана — на ней тренер напишет вопросы, над которыми надо подумать участникам.

Инструкция.

«Путник шел по дороге, которая называется „Жизнь“. Дорога привела его к перекрестку. Путник остановился, осмотрелся и задумался. По какому пути идти дальше? Представьте себя на месте этого путника. О чем вы думаете, что вы чувствуете? Перед вами чистый лист бумаги. Возьмите фломастеры и изобразите на листе:

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

Подумайте:

- куда вы хотите пойти?
- с чем встретитесь на своем пути?
- чем отличается прошлый путь от будущего и что общего между ними?
- чем отличается каждый вариант вашего будущего пути?
- что нужно сделать, чтобы попасть на каждый из них?
- какой путь вы предпочитаете?
- что нужно сделать, чтобы на него не попасть?
- по каким признакам вы узнаете, что вы на каком-то из трех путей (опишите признаки каждого пути)?»

Обсуждение. «Расскажите о том, что у вас получилось. Что для вас было важным, значимым в этом упражнении?»

Резюме тренера.

«Даже когда вы делали рисунок, вам пришлось задуматься, выбирать, оценивать. А в жизни мы часто стоим перед такими развилками. К сожалению, многие люди выбирают направление движения стихийно, не задумываясь о последствиях. А вот у вас теперь в руках есть хороший способ, с помощью которого вы всегда сможете остановиться, осознать, в каком именно месте жизни вы находитесь и перед какой развилкой стоите. А главное, вы сможете выбрать то, что вам действительно необходимо. Это и есть свобода!

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

Комментарии для тренера.

Если времени недостаточно, то обмен впечатлениями о получившемся можно сделать в парах. Это позволит участникам выразить накопившиеся впечатления. Однако такой вариант не позволяет тренеру наблюдать за процессом личностного развития участников. Что в каждом случае важнее — выбор тренера.

*Завершение работы.*

## Занятие 6

### Техника «Маленькие кирпичики большой стены»

Чтобы дать клиенту почувствовать, что достижение цели возможно, используется метафора: «Если мы захотим сразу перепрыгнуть через большую стену, то скорее всего мы разобьемся, а стена так и останется на месте. Но если каждый день отделять от стены по маленькому кирпичику, через некоторое время мы увидим, что от стены не останется и следа».

#### Упражнение 1 «Ступени достижений»

Цель: актуализация способности участников к самоанализу, к осознанию личностных изменений, достигнутых в процессе работы.

Для реализации решения необходимо не только предвидеть планируемый результат, но и проверять на каждом этапе, идут ли изменения в заданном направлении. Кроме того, важно ощущение достигнутого прогресса. Особенно оно необходимо при длительной реализации долгосрочного решения. Эта техника, как и следующая за ней, помогает клиенту определить свои ориентиры.

«Предположим, вы стоите на первой ступени десятиэтажного дома. На каком этаже находится ваша цель? Расскажите, чем ваше положение, скажем, на пятом этаже отличается от положения на четвертом. Теперь опишите, чем отличается каждая из пяти (десяти) ступенек первого пролета? А второго? Что вы должны сделать для того, чтобы подняться на каждую из этих ступенек?» Консультант должен помнить, что слишком детальное планирование столь же вредно, как и слишком общее, схематичное. Общая схема не дает представления о конкретных действиях. Слишком детальное планирование переутомляет и порождает ощущение скованности, неестественности, ограничивает возможность чутко реагировать на изменение обстоятельств.

#### Обсуждение притчи «Крест»

Цель: способствовать пониманию, что каждый несет ответственность за свою жизнь, отказу от фатальных установок.

Необходимые материалы: не требуются.

Описание: предлагается притча:

*«Однажды по дороге шли люди. Каждый нес на спине свой крест. Одному человеку казалось, что его крест слишком тяжелый. А человек этот был очень хитрым. Приотстав от попутчиков, он зашел в лес и отпил часть креста. Довольный, что всех перехитрил, он догнал спутников и пошел дальше.*

*Вдруг на пути разверзлась пропасть. Все положили свои кресты и перешли по ним на другую сторону. И только хитрый человек не сумел этого сделать, потому что его крест оказался слишком коротким».*

Вопросы для обсуждения:

- О чем эта притча?
- Какова роль судьбы и самого человека в том, что происходит в его жизни?
- Что может сделать человек в тех обстоятельствах, которые он объективно не в силах изменить?

#### Упражнение «Я-реальное и Я-идеальное»

Задача: помочь участникам выстраивать адекватную самооценку.

Материалы: бумага, цветные карандаши и фломастеры для каждого участника.

Инструкция: Разделите лист на 4 колонки.

В первой колонке описываете себя начиная с внешности и черт характера. Далее заполняете колонку "Идеальное «Я»". Смысла не будет в этом упражнении, если Вы не заполните 3 и 4 колонку, прописываете и там.

Реальное Я	Идеальное Я	Что буду для этого делать	К какому сроку/ периодичность
1.			
2.			
3.			

Данную таблицу заполните по всем сферам жизни: внешность, черты характера, здоровье, спорт, взаимоотношения с людьми, личная жизнь, семья, финансовое благополучие, деньги, работа, карьера, образование, обучение, личностный рост, саморазвитие, отдых, досуг, хобби.

Вы получите 2 образа «Я». Хорошо, если они совпадают.

Близость или отдаленность образов: "Реальное «Я» и "Идеальное «Я» влияют на самооценку. При различии этих образов и заполнении таблицы Вы увидите, что и как часто необходимо делать, чтобы максимально приблизить их.

Удачи Вам в работе над собой!

*Упражнение «Чемодан в дорогу»*

Инструкция: «Наша работа подходит к концу. Мы расстаемся. Однако, перед тем как разъехаться, соберем «чемодан». Мы работали вместе, поэтому и собирать «чемодан» для каждого будем вместе. Содержимое «чемодана» будет особым. Так как мы занимались проблемами общения, туда мы «положим» то, что каждому из нас помогает в общении, и то, что мешает. «Чемодан» мы будем собирать в отсутствие человека, а когда закончим, то пригласим его и вручим «чемодан». Он должен его взять и унести с собой, не задавая вопросов.

Собирая «чемодан», мы будем придерживаться некоторых Правил:

- В «чемодан» надо «положить» одинаковое количество помогающих и мешающих качеств.
- Каждое качество будет «укладываться» в «чемодан» только с согласия группы. Если кто-нибудь из нас, хотя бы один, не согласен, то группа может попытаться его убедить в правильности своего решения, а если это не удастся сделать, качество в «чемодан» не «кладется».
- «Положить» в «чемодан» можно только те качества, которые проявились в ходе работы в группе.
- «Положить» в «чемодан» можно только те качества, которые поддаются коррекции.

Руководить сбором «чемодана» будет каждый из нас по очереди. Просьба не забывать те правила, о которых мы говорили.

*Заключение.* Тренер может предложить использовать для временного ориентира опыт обсуждения качеств участника, которому первому собирают «чемодан». Переходить к обсуждению качеств следует только тогда, когда руководитель сбора «чемодана» выслушает предложения. Во время сбора «чемоданов» тренер сидит за кругом.

Для хорошего чемодана необходимо не менее 5-7 характеристик, отрицательных и положительных. Затем участнику, который выходил из комнаты и все время, пока группа работала, собирая ему «чемодан», отсутствовал, зачитывается и передается этот

список. У него есть право задать любой вопрос, если что-то ему непонятно из того, что написал «секретарь».

Выходит, следующий участник (по мере психологической готовности), и вся процедура повторяется (до тех пор, пока вся группа не получит свои «чемоданы»).

## **Технология эскалации семейного конфликта в процессе вторичной профилактики домашнего насилия**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

#### **Актуальность**

В ходе реализации программы по вторичной профилактике насилия в семье «Карточный домик» возникла необходимость разработки нового методического продукта, инновационной технологии - технологии эскалации семейного конфликта.

Эскалация – это планомерное и постепенное (как восхождение по лестнице) расширение или увеличение чего-либо. Противоположным по смыслу является понятие «деэскалация», т.е. постепенное «сворачивание», уменьшение.

Выражение «эскалация конфликта» означает, что конкретный конфликт по каким-либо причинам начинает увеличивать зону действия, вовлекает в него все большее количество участников, прогрессирует во времени; обостряет противоборства, при котором последующие разрушительные воздействия оппонентов друг на друга интенсивнее, чем предыдущие.

В семейных отношениях конфликт может возникнуть между супругами, сиблингами, родителями и детьми, другими членами семьи. Независимо от того, кто является инициатором конфликта, какие стороны вступили в противодействие, конфликт всегда развивается по определенному алгоритму.

#### **Этапы эскалации конфликта**

1. Стороны конфликта теряют объективность восприятия друг друга, проявляется субъективная оценка, формируется образ врага. При этом происходит следующее: нарастает обоюдное недоверие;

- вся вина возлагается на противоположную сторону;

- все действия противника толкуются только с негативной точки зрения;

- все сторонние лица (группы людей), имеющие какие-либо отношения с противной стороной, автоматически становятся врагами.

2. Между сторонами конфликта нарастает взаимное напряжение.

3. Стороны переходят от аргументированных доводов к личностным выпадам.

4. Между сторонами углубляются противоречия, которые ранее имели меньшую значимость.

5. Стороны прибегают к насилию.

6. В конфликт втягиваются другие стороны, появляются новые предметы разногласий.

**Целевая группа:** семьи, испытывающие острый внутрисемейный конфликт

**Цель технологии:** достижение согласия (консенсуса) между участниками семейного конфликта и психологическое удовлетворение интересов каждого из них.

**Задачи:**

1. Снизить остроту эмоционального состояния участников конфликта.

2. Повысить компетентность членов семей в вопросах разрешения конфликтных ситуаций.

3. Сформировать навыки успешного и конструктивного взаимодействия между членами семьи (умение выражать свои чувства, эмоции, переживания).

4. Содействовать активизации совместной деятельности родителей и детей.

**Формы работы:**

- диагностика членов семей (исходные и итоговые данные);
- анкетирование;
- семейное и индивидуальное консультирование

**Методы работы:**

Основные методы и приемы работы:

- арт-терапия (игровой, рисуночный, скульптурный, музыкальный методы);
- медитация, визуализация;
- индивидуальная и семейная рефлексия.

## **СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ**

### **Алгоритм реализации технологии**

1. Встреча с семьей (домашнее визитирование, приглашение в учреждение).

2. Исследование причин возникновения конфликта (диагностика, приложение 1).

3. Определение прогноза последствий разногласий между членами семьи.

4. Разработка альтернативных решений проблемы, оценка их достоинств и недостатков.

5. Согласование методов и форм работы между участниками конфликта, наиболее приемлемых вариантов разрешения конфликтной ситуации.

6. Достижение согласия (консенсуса) между участниками и психологическое удовлетворение интересов каждого посредством проведения психологической работы (ведущая форма работы - арт-терапия, приложение 2).

7. Принятие ответственности каждым участником в выполнении собственных обязательств.

Этап эскалации конфликта может закончиться либо деэскалацией и достижением согласия (консенсуса), либо замереть на определенной стадии без сдвигов в ту или иную сторону (такое положение называется мертвой точкой конфликта).

## **РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

### **Финансовые ресурсы**

Технология реализуется в рамках основной деятельности, без привлечения дополнительных средств.

### **Кадровые ресурсы**

Кадровые ресурсы с описанием функционала руководителей и специалистов, ответственных за реализацию программы, представлены в таблице.

Таблица 1

<b>№</b>	<b>Должность</b>	<b>Кол –во чел.</b>	<b>Функции</b>
1.	Заведующий отделением	1	осуществляет общее руководство по реализации технологии, контроль за реализацией мероприятий
2.	Методист	1	осуществляет подбор и систематизация методической литературы по тематике технологии; проводит методических, технических учеб для специалистов (при необходимости)
3.	Психолог	4	осуществляет основные мероприятия; ведет информационно-просветительскую работу с семьями в рамках своих полномочий

### **Материально-технические ресурсы**

Для реализации программы используются следующие материально-технические ресурсы:

кабинеты для приема клиентов, кабинет игровой терапии;

программное обеспечение «ППО АСОИ»;

ксерокс (1);

техническое оборудование (аудио-видео, проекторы);

канцелярские товары (бумага, карандаши, фломастеры, мелки, ручки, ватманы и др.).

### **Информационные ресурсы**

Для реализации программы используются следующие информационные ресурсы:

интернет-ресурсы;

официальный сайт учреждения, социальные сети учреждения;

средства массовой информации (телевидение, периодическая печать).

### **Методические ресурсы**

Для реализации программы используются следующие методические ресурсы:

подбор и систематизация методической литературы по тематике технологии;

проведение методических, технических учеб для специалистов (при необходимости);

формирование инструментария для решения проблем семьи и детей (используется в работе психологов при диагностическом исследовании и коррекционной работе с семьями).

### **КОНТРОЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ**

Контроль реализации технологии осуществляет заместитель директора.

Осуществляется текущий контроль, проводятся:

- аудит личных дел клиентов, в том числе эффективности проводимых мероприятий;

- анализ и оценка работы психологов, имеющихся резервов и возможностей эффективного использования ресурсного потенциала;

- корректирующие действия, направленные на устранение недостатков, выявленных в процессе работы.

### **РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **Ожидаемые результаты**

Таблица 2

Задачи программы	Ожидаемый результат	Критерии оценки	
		количественные	качественные
Снизить остроту эмоционального состояния участников конфликта	Стабилизация психоэмоционального состояния членов семьи	Снижение уровня тревожности у 70% участников	Установление благоприятного нравственно-психологического климата в семье



Повысить компетентность членов семей в вопросах разрешения конфликтных ситуаций	Создание условий для формирования доброжелательных отношений между членами семьи	Положительная динамика показателей социально-психологического здоровья у 60% участников	Повышение мотивации родителей на активное участие в разрешении трудных ситуаций
Сформировать навыки успешного и конструктивного взаимодействия между членами семьи (умение выражать свои чувства, эмоции, переживания)	Снижение общего уровня конфликтности	Снижение статистики по поводу правонарушений н/л и их родителей 20%	Расширение представления у родителей о возможностях детей, их творческих способностях, достижениях через позитивную совместную деятельность (игровую, арт-терапевтическую)
Содействовать активизации совместной деятельности родителей и детей	Активизация внутренних ресурсов членов семей	Повышение уровня активной жизненной позиции у 60% членов семьи	Самостоятельное программирование семьями позитивных изменений в своей жизни

**Приложение 1**

**Перечень предлагаемых психологических диагностических методик для несовершеннолетних и их родителей носит рекомендательный характер**

Таблица 3

Наименование технологии/ методики	Направление применения	Краткое описание (цель, краткое содержание, методы)	Результат	Возрастная категория
Проективная методика «Кинетический рисунок семьи» Р.Бернс, С.Кауфман	Диагностика семейных отношений	Изучение структуры семьи, особенностей взаимоотношений между ее членами	Субъективное восприятие ребенком своей семейной ситуации. Методика выявляет включенность ребенка в семейную систему, характер эмоционального контакта между членами семьи, признаки жестокого обращения по отношению к ребенку	от 4 до 10 лет
Проективная методика «День рождения», М.А.	Диагностика детско-родительских и	Методика выявляет особенности взаимоотношений	Определение потребности в общении и значимых	от 4 до 10 лет

Панфилова	межличностных отношений	ребенка с членами семьи и окружающими (взрослыми и детьми)	эмоциональных предпочтениях	
Семейный тест отношений «СТО», Д. Антони, Е. Бине, модификация И.М. Марковской	Диагностика эмоционального отношения ребенка к членам семьи и ближайшему окружению	Методика позволяет понять характер взаимоотношений ребенка с членами семьи и значимыми окружающими	Выявление положительного/отрицательного отношения ребенка к членам семьи, признаков жестокого обращения в семье	от 4 до 10 лет
Методика «Два домика», И.Вандвик, П. Экблад	Диагностика социально значимого окружения ребенка	Методика помогает выявить сформированность потребности в общении, определить круг значимого окружения ребенка	Определение положительно значимого и отвергаемого окружения ребенка	от 4 до 10 лет
Тест «Дерево», Д. Лампен, адаптирован Л.П. Пономаренко	Диагностика адаптивности ребенка	Методика позволяет определить особенности протекания адаптационного процесса ребенка в различных условиях	Определение роли ребенка в разных социальных группах (семья, сверстники)	от 4 до 10 лет
Тест цветových выборов Люшера	Диагностика психоэмоционального состояния ребенка	Методика исследует: эмоциональное состояние; невротичность; наличие фрустрирующих проблем; наличие стресса	Определение психофизиологического состояния, стрессоустойчивости личности	от 4 до 18 лет
Проективная методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич	Диагностика психоэмоционального состояния ребенка	Методика позволяет определить наличие агрессивного и тревожного состояния ребенка	Определение признаков жестокого обращения с ребенком	от 4 до 11 лет
Проективная методика Рене Жиля	Диагностика социальной приспособленности ребенка его межличностных	Исследование сферы межличностных отношений ребенка и его восприятия внутрисемейных	Определение характера отношений детей и подростков со значимыми людьми	от 4 до 12 лет

	х отношений	отношений		
Опросник «Анализ семейной тревоги», Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис	Диагностика самочувствия подростка, связанного с его позицией в семье	Опросник исследует психоэмоциональное состояние ребенка, связанное с внутрисемейной ситуацией	Наличие/отсутствие тревожности, чувства вины, психического напряжения в отношениях с членами семьи	от 4 до 18 лет
Опросник CDI, М. Ковач	Диагностика выявляет функциональное состояние депрессии	Опросник позволяет определить количественные показатели спектра депрессивных симптомов	Выявление уровня депрессии и наличия суицидальных мыслей	от 10 до 18 лет
Анкета выявления жестокого обращения с детьми, М.М. Красножен	Диагностика выявления признаков жестокого обращения	Анкета позволяет осуществить сбор и анализ полученной информации	Анкетирование в совокупности с методом наблюдения способствует выявлению признаков жестокого обращения	от 10 до 18 лет
Методика «Определение уровня тревожности» Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин	Диагностика определения степени выраженности тревожности в структуре личности	Методика определяет уровень реактивной (ситуативной) тревожности и личностной тревожности человека	Наличие/отсутствие депрессивного состояния, тревожного состояния	от 12 до 18 лет
Методика «Неоконченные предложения», Е.Н. Волков	Диагностика насилия и жестокого обращения с подростками	Методика позволяет получить представление когнитивного, эмоционального и поведенческого аспектов представлений ребенка о насилии	Наличие/отсутствие в жизни подростка ситуаций, связанных с насилием и жестоким обращением	от 10 до 18 лет

## Приложение 2

### Цикл арт-терапевтических упражнений

#### 1. Упражнение «Создание рисунка по кругу» (15 мин)

**Цель:** формирование умения бесконфликтного взаимодействия.

Участники сидят в кругу. У каждого чистого листа бумаги и фломастер (карандаш). За две минуты все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают свой лист соседу справа. Игра идет, пока лист не вернется к хозяину. С каждой передачей листа другому участнику время сокращается на 5-10 сек.

*Обсуждение*

- Что чувствовали, когда рисовали на чужом рисунке?

- Что чувствовали, когда ваш рисунок вернулся к вам?

## **2. Упражнение «Испорченный рисунок» (30 мин)**

**Цель:** формирование навыков конструктивного выхода из конфликта; позитивного мышления.

- Каждый участник изображает рисунок на тему «Летний отдых». Затем участники меняются рисунками. Задача – «испортить» рисунок другой члена семьи. При этом нельзя рвать, мять, делать дырки. Затем рисунки возвращаются к «хозяевам». Задача «хозяев» - исправить рисунок. Задание можно повторять несколько раз.

*Обсуждение*

- Что чувствовали, когда рисовали свой рисунок?

- Что чувствовали, когда портили чужой рисунок?

- Что чувствовали, когда увидели свой испорченный рисунок?

- Что помогло справиться с чувствами?

Подвести участников к выводу о том, что «плохо портить» чужие вещи, нарушать личностные границы и т.д. Это является поводом для конфликтов. Но любой конфликт можно урегулировать.

## **3. Упражнение «Трансформация» (скульптура терапия) (20 мин).**

**Цель:** актуализация чувств, вызываемых конфликтом; формирование позитивных образов решения конфликтных ситуаций.

- Какие ассоциации возникают у вас при слове «конфликт»? (ответы записываются на доске).

Далее ведущий просит всех участников встать и с закрытыми глазами «поддержать» перед собой то, что в их представлении является «конфликтом», прислушаться к своим чувствам.

Затем взять пластилин и вылепить этот образ.

- Что получилось?

- Какие чувства вызывает образ?

- Хотелось бы что-то изменить?

- Участникам предлагается трансформировать получившийся образ в то, что будет вызывать приятные чувства.

*Осуждение:*

- Какие чувства вызвало упражнение?

## **4. Упражнение «Яблоко и червячок» (10 мин.)**

**Цель:** осознание участниками предпочтительного способа решения конфликтов.

Сядьте удобнее, закройте глаза и представьте на минуту, будто вы — яблоко. Спелое, сочное, красивое, ароматное, наливное яблоко, которое живописно висит на веточке. Все любят вас, восхищаются. Вдруг, откуда ни возьмись, подползает к вам червяк и говорит: «Сейчас я тебя буду есть!». Что бы вы ответили червяку? Откройте глаза, нарисуйте увиденный образ, напишите предполагаемый ответ.

## **5. Упражнение «Поиск семейного баланса» (5 мин)**

**Цель:** развитие координации совместных действий, точное соизмерение своих движений с теми, что совершают партнеры.

*Оборудование:* карандаши или авторучки (желательно закрывающиеся колпачками или с убирающимся стержнем) — по одному на каждого участника.

Участники разбиваются на пары, располагаются напротив друг друга на расстоянии 70—90 см и держат два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Нужно, не выпуская карандашей, синхронно двигать руками вверх—вниз, поворачиваться вправо—влево, приседать. Затем партнеры меняются. При выполнении упражнения от участников требуются четкая координация совместных действий и соизмерение своих движений с движениями партнера. Задание практически невыполнимо, если каждый участник думает только о своих действиях, не ориентируясь на других.

*Обсуждение*

- Какие действия должен выполнять каждый из участников, чтобы карандаши в кругу не падали?

По итогу проведенных упражнений между участниками происходит обсуждение полученного опыта, возможности его применения для урегулирования семейных конфликтов и ресурсных отношений в семье.

# ТЕХНОЛОГИЯ КРИЗИСНОЙ ИНТЕРВЕНЦИИ

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Актуальность**

Кризисное вмешательство (интервенция) – это экстренная и неотложная психологическая скорая помощь, направленная на возвращение пострадавшего к адаптивному уровню функционирования, предотвращение психопатологии, снижение негативного воздействия травматического события. Основными принципами кризисного вмешательства признаны незамедлительность, установка на восстановление, фокус на разрешении проблем, кратковременность и простота, снятие или уменьшение острых симптомов дистресса и восстановление адаптивного независимого функционирования.

Ключевым понятием в моделях экстренной помощи, является понятие кризиса, понимаемого как состояние, когда нарушено психологическое равновесие, привычные средства бессильны его восстановить, дистресс, вызванный кризисом, приводит к нарушениям жизнедеятельности.

Интервенция основывается на предположении о том, что проявляющиеся во время кризиса дисфункциональные реакции не являются патологическими и необратимыми, поэтому помощь нацелена на действие в ситуации здесь и теперь, а одним из ключевых принципов остается уже знакомое нам ожидание нормального восстановления у большинства потерпевших. Предполагается, что в состоянии кризиса люди проходят через фазу нарушения психологического равновесия на пути к новому равновесию.

**Целевая группа:** граждане, пострадавшие от домашнего насилия.

**Цель кризисной интервенции:** оказание помощи жертве домашнего насилия для максимального преодоления ею посттравматических последствий.

### **Задачи кризисной интервенции:**

1. Профилактика острых панических реакций, психогенных нервно-психических нарушений.
2. Повышение адаптационных возможностей человека, пережившего домашнее насилие, формирование поведенческих моделей, позволяющих справиться с последствиями травмы.
3. Снижение вероятности возникновения различных отсроченных последствий у пострадавших (психосоматические проблемы, посттравматическое стрессовое расстройство и др.).

### **Методы работы:**

**Ведущим методом** кризисной интервенции кризисное консультирование (психологическое консультирование, телефонное консультирование).

Экстренная психологическая помощь основана на принципе интервенции в поверхностные слои сознания, то есть на работе с симптоматикой, а не с синдромами. Практика кризисной интервенции базируется на теории кризиса Линдемана (Lindemann E., 1944) и концепции стадий жизненного цикла и кризиса идентификации Эриксона (Erikson M., 1950). Кризис понимается как состояние человека при блокировании его целенаправленной жизнедеятельности, как дискретный момент развития личности. Затяжной, хронический кризис, который возникает в ситуации семейного насилия, несет в себе угрозу социальной дезадаптации, суицида, нервно-психического или психосоматического страдания. Поэтому, такие люди нуждаются в помощи в период переживания кризиса, который воспринимается ими не только как трудный и ответственный период в жизни, но и как «тупик, делающий дальнейшую жизнь бессмысленной».

Психологический кризис возникает тогда, когда травмирующее событие перегружает способность человека справляться с травмой собственными методами. Психологические кризисы нельзя надежно предсказать, исходя из событий, им предшествующих. Событие, ввергающее в психологический кризис одного человека, не обязательно станет причиной кризиса у другого. Тем не менее, некоторые вещи обыкновенно вызывают кризисные психологические реакции. Среди них - физические нападения, пытки, изнасилования, попытки убийства, свидетели насилия и т.д.

Такие происшествия часто вызывают психиатрическое расстройство, которое мы называем острым стрессовым расстройством. Острое стрессовое расстройство характеризуется чувствами сильного страха, беспомощности и ужаса. Также могут иметь место эмоциональное оцепенение, отсутствие эмоциональной чувствительности, состояние отрешенности, слабое осознание происходящего, ощущение нереальности происходящего или амнезия. Люди, переживающие острое стрессовое расстройство, могут испытывать тревогу, боль, отчаяние или чувство безнадежности, стать легко возбудимыми, раздражительными, беспокойными. Они могут заново переживать событие в повторяющихся сновидениях, флэшбэках или неотступных воспоминаниях о травме. Человек может избегать людей, места и предметы, которые способны пробудить в нем воспоминания о травматическом событии. Ему может быть трудно концентрироваться и функционировать обычным для себя образом дома и на работе. Некоторые

люди могут становиться агрессивными или самодеструктивными, пренебрегать уходом за собой, пребывать в замешательстве или странно себя вести.

Домашнее насилие рассматривается многими современными исследователями как критическая ситуация, оказывающая значительное влияние на жизненный мир личности. В случае домашнего насилия положение усугубляется генерализованным характером и цикличностью данного явления в жизни человека. Домашнее насилие характеризуется как травматический кризис, переживаемый человеком, который провоцирует возникновение и развитие у него кризисного состояния. Так, Н.Г. Осухова указывает на то, что, когда женщина вследствие домашнего насилия получает физическую или психологическую травму, угрозе подвергается ее право на жизнь, на личное благополучие, возникает ощущение, что мир (включая людей) не оказывает значительной поддержки человеческой жизни в целом. Травматический кризис выступает в этой связи как крутой поворот, перелом в развитии личности, который сопровождается проявлением разнообразных симптомов кризисного состояния.

## **СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Основные принципы кризисной интервенции (применимы и к телефонной кризисной помощи):**

1. Эмпатический контакт - важнейшее условие кризисной помощи.
2. Безотлагательность. Кризисное вмешательство характеризуется безотлагательностью, предельной срочностью.
3. Высокий уровень активности консультанта. Консультант должен проявлять максимальную активность в установлении контакта с человеком, переживающим кризис, и в сборе информации, чтобы как можно скорее оценить ситуацию и наметить план действий.
4. Ограничение целей. Ближайшая цель КИ - предотвращение катастрофических последствий. Основная цель КИ - обучение пользоваться адаптивными способами преодоления кризиса и восстановление психологического равновесия.
5. Поддержка. При работе по преодолению кризиса консультант (доброволец, психолог, психотерапевт) в первую очередь обеспечивает пациенту поддержку.
6. Фокусированность на основной проблеме. Кризисное вмешательство должно быть достаточно структурированным, чтобы помочь сосредоточиться на основной проблеме, приведшей к кризису.



7. Уважение. Человек, переживающий кризис, воспринимается консультантом как знающий, вполне компетентный, независимый, стремящийся обрести уверенность в себе, способный сделать самостоятельный выбор

Кризисная помощь должна быть реалистичной и целенаправленной, поэтому ее общая стратегия может быть построена по типу обучения стратегии решения проблем.

### **Программа и алгоритм кризисной интервенции**

**1. Выявление проблемы.** Задача кризисного консультанта - помощь в прояснении центральной проблемы кризиса. Развитие проблемы предполагает изменения в жизни и в способности человека справиться с новыми обстоятельствами. На данном этапе могут задаваться следующие вопросы: - «Что сегодня изменилось по сравнению со вчерашним днем?»

- «Что нового произошло в последние дни (недели)?». Важно выяснить все обстоятельства кризисной проблемы, а также роль значимых людей в ее развитии, поскольку они могут помогать либо являться причиной кризиса. Если кризис вызван травматическим событием, крайне необходимо восстановить картину произошедшего и помочь пострадавшему объяснить травматические события.

**2. Помощь в сознании целей клиента.** Во время первого контакта будет полезно получить некоторую информацию, такую как имя, состояние его здоровья, доступная ему система социальной поддержки и т.д. Консультанту следует попытаться успокоить человека, прояснить задачу и предложить ему поговорить. В разгар кризиса люди утрачивают ясный взгляд на вещи. Их переполняют мысли и чувства. Им трудно расставлять приоритеты, и, как результат, их очень заботит то, что им неподвластно, но при этом они склонны избегать или игнорировать более неотложные заботы, с которыми они способны справиться. Поэтому часто бывает полезно помочь клиенту упорядочить свои мысли в соответствии с целями двух видов - краткосрочными и долгосрочными. **КРАТКОСРОЧНЫЕ ЦЕЛИ** - успокоиться, попытаться как-то договориться со своим сильным страхом, обсудить только что произошедшее, найти кров на ночь, найти что поесть и т.д. **ДОЛГОСРОЧНЫЕ ЦЕЛИ** включают в себя долгосрочную терапию, поиски работы, нахождение постоянного жилья и т.д. Кризисным консультантам нужно быть очень **АКТИВНЫМИ** и **ДИРЕКТИВНЫМИ**, помогая пациентам разобраться в этих двух типах целей, и затем уделить совершенно практическое внимание достижению краткосрочных целей и составлению плана по достижению долгосрочных целей.

**3. Выяснение действий человека, переживающего кризис.** Важно узнать, что уже делалось для разрешения проблемы. Вопрос «Что вам удалось сделать для улучшения ситуации (своего состояния)?» и подобные ему отражают уверенность консультанта в том, что человек может восстановить контроль над событиями и найти выход из кризиса. Это помогает также переосмыслить произошедшее. Человек, переживающий кризис, захвачен сильными эмоциями, он может испытывать страх, отчаяние, растерянность. Его способность ясно мыслить блокирована. Одна из целей прояснения событий и действий - уменьшение эмоционального напряжения пациента и помощь в восстановлении способности к рациональному мышлению.

**4. Рассказ личной истории.** У человека развиваются симптомы острого стрессового расстройства, если он испытал воздействие травмирующей ситуации, превзошедшей его способность справляться с ситуацией обычным для него способом. Соответственно, симптомы служат тому, чтобы покрывать или прятать подавляющие непереваренные переживания. Кризисное вмешательство призвано: 1) помочь пациенту рассказать свою историю, 2) помочь пациенту несколько дистанцироваться от события, чтобы понять, что произошло, 3) облечь опыт в слова и 4) вернуть пациента к его прежнему уровню функционирования. Рассказывая историю травмирующего переживания, пациент может плакать, смеяться, орать, шептать, замолкать на некоторое время, вспоминать о других, с виду не связанных с событием, утратах или озаботиться какой-то стороной истории, которая кажется незначительной. Терапевту следует терпеливо слушать и возвращать пациента к его истории.

**5. Составление плана действий по разрешению важных проблем.** В кризисной ситуации человеку очень трудно сосредоточиться, ясно мыслить, здраво судить и расставлять приоритеты. Следует начать с очень маленькой цели, главное, чтобы она была реальной, достижимой, попытаться изменить эмоциональное состояние переживающего кризис, повысить активность или, наоборот, успокоить его. Затем следует последовательно обсудить все возможные варианты поведения человека в ближайшие дни, при этом уместны вопросы типа «Что вы будете делать через час, сегодня вечером?» и т.п.

Полезно составить конкретный план действий на период до следующей встречи («антикризисный план»), но, если этого не получится, не следует форсировать события, принуждая человека сделать больше, чем он может в

данный момент (любые чрезмерные интервенции могут привести к усугублению чувства беспомощности и тупика).

Так как самооценка человека, переживающего кризис, зачастую резко снижается, следует позаботиться о ее восстановлении (не следует предлагать какие-либо образцы весьма эффективного поведения в качестве примера, так как это может усилить тревогу и ощущение слабости пациента). Необходимо совместно обсуждать возможные негативные и позитивные последствия намеченных действий, выбрать наиболее практичные варианты.

Часто бывает полезно делать записи во время разговора с пациентом, чтобы не упустить никакой информации, и иметь список, который будет напоминать консультанту, какие темы нужно охватить во время интервью. В конце сессии часто бывает очень полезно действительно **НАПИСАТЬ ПЛАН**, которому пациент должен будет следовать, и отпустить пациента с этим планом в руках. Лучше всего подготовить такой план совместно с пациентом, записать его разборчивым почерком, пронумеровать все пункты и оформить его так, чтобы его было легко читать.

Он может звучать следующим образом:

- 1) Если я буду расстроен, я поговорю с консультантом.*
- 2) Я позвоню дяде, чтобы узнать, сможет ли он меня выручить в течение следующих двух недель.*
- 3) Я поговорю со своим врачом о том, чтобы он назначил мне другие лекарства от астмы.*
- 4) Я запишусь в список ищущих недорогое жилье.*
- 5) Я схожу в агентство по подбору персонала.*

В итоге кризисного вмешательства человек должен осознать, что он самостоятельно решил свои проблемы, а не получил готовые «рецепты» поведения от специалистов; только в этом случае психотерапевтическая помощь не будет ограничена выведением клиента из данного кризиса, а усилит адаптационные возможности личности, послужит профилактике кризисных состояний в будущем.

### **Схема кризисного вмешательства**

#### **1. Установите контакт на уровне чувств:**

- Не концентрируйте внимание исключительно на чувствах, так как человек, оказавшийся в кризисе, возможно, не всегда точно знает, как он себя чувствует. Если вы слишком долго будете останавливаться на этом предмете, это может расстроить клиента и привести его в замешательство.

- Определите чувства клиента и согласитесь с его правом чувствовать себя именно таким образом.

- Выразите сочувствие.
2. Исследуйте проблему(ы), которую он или она переживают в данный момент:
    - После того как контакт установлен, попытайтесь сделать так, чтобы человек начал говорить о своей проблеме, о конкретных деталях и подробностях проблемы.
    - Сконцентрируйте внимание на последних шести неделях.
    - Попробуйте определить то событие (события), которое вызвало кризис.
  3. Суммируйте все сказанное о проблеме вместе с клиентом:
    - Вы должны прийти к согласию относительно определения центральной проблемы и основных составляющих.
  4. Сосредоточьте внимание на той области проблемы, которую вы будете рассматривать:
    - Попадал ли клиент в такую ситуацию раньше и если да, то как справлялся с ней?
    - Каким образом клиент избегает проблем?
    - Что произойдет, если проблема будет решена?
    - Что находится на пути к решению проблемы?
    - Существуют ли альтернативные варианты решения проблемы, можно ли найти другие способы решения проблемы, не опробованные ранее?
    - Какова цена решения проблемы? Какова цена оставления проблемы без решения и каковы выгоды и вознаграждения в случае разрешения проблемы?

#### **Особенности проведения кризисной интервенции:**

1. На этапе кризисной интервенции позиция психолога должна быть скорее партнерской, нежели директивной, а методы воздействия - косвенными и мягкими. Когда человека захлестывают эмоции, консультант должен помочь ему успокоиться, отведя его в тихое место, предложив стакан воды, позволив ему «попереживать» некоторое время, и затем постараться помочь ему говорить о том, что он переживает. Посидеть с пациентом в тишине или позволить ему поплакать некоторое время очень полезно, но в конечном итоге важно будет помочь ему попытаться выразить невыразимое.
2. Клиентам, находящимся в состоянии эмоционального оцепенения, консультант может указать на обычные чувства, которые большинство людей могли бы испытывать в подобных обстоятельствах, и подумать вместе с пациентом, какие чувства могут быть скрыты от взгляда, но также важно помнить, что эмоциональное оцепенение служит отведению

непреодолимого аффекта. Важно, чтобы консультант уважал защиты пациента и давал ему время, чтобы пациент мог позволить чувствам, связанным с пережитым, подняться на поверхность. За многие годы кризисные консультанты осознали, что некоторые жертвы травмы могут казаться благополучными в первые дни после кризиса, а затем спустя пару недель совершенно развалиться на части, будучи уже в безопасности.

3. Хотя это и противоречит здравому смыслу, также очень часто встречаются люди, испытывающие чувство вины за то, что они выжили в трагедии, в которой другие не выжили. Кризисному консультанту нужно следить за социальностью у этих пациентов и помогать им оплакивать их утраты, поощряя их говорить о людях и вещах, которые они потеряли. Иногда бывает полезно спросить человека, хотели бы его погибшие любимые, чтобы он страдал или чтобы он был счастлив в течение последующей жизни. Это обычно смещает фокус с вины выжившего на лежащую под ней скорбь.

4. Тем, кто чувствует, что они могли каким-то образом стать причиной наводнения или землетрясения, или могли что-то сделать, чтобы спасти свою семью, важно помочь осознать, насколько мощным был противник, с которым им пришлось столкнуться, осознать страх и замешательство того момента, и опять-таки, помочь им оплакать свои потери. После того как человек рассказал свою историю, для него часто бывает полезно рассказывать ее снова и снова, снова и снова. Нет нужды говорить об этом пациентам, но нужно давать им почувствовать, что они могут свободно рассказывать свою историю заново, не испытывая при этом чувства, что они докучают людям одним и тем же рассказом. Консультант может ожидать, что с каждым изложением рассказ будет обрастать новыми подробностями и сдерживаемый аффект будет далее высвобождаться.

5. Кризисное консультирование по своей природе очень краткосрочное. Многие интервенции осуществляются полностью в течение одной сессии. Важно провести эту сессию как лечение одной сессией. Если консультант встречается с пациентом еще раз, это хорошо, но полезно рассматривать каждую сессию как интервенцию саму по себе.

#### **Проведения кризисной интервенции с детьми, пережившими домашнее насилие**

Когда дети рассказывают свою историю, они скорее будут говорить на языке игры и метафор, создаваемых их воображением. Поэтому, встречаясь с ребенком, пережившим травматический опыт домашнего насилия, полезно

будет иметь при себе коробку карандашей и блокнот бумаги и/или побольше игрушек или кукол.

С помощью бумаги и карандашей ребенок может нарисовать картинку и рассказать историю, которые станут метафорическим отражением его переживаний. Следует попросить ребенка нарисовать все, что он хочет и рассказать об этом историю. Чтобы консультанту было легче понять метафору, можно попросить ребенка поговорить о картинке. Консультанту не следует спрашивать: «Что это?», лучше спросить: «Что ты можешь мне об этом рассказать?» «Что произошло перед этой сценой, которую мы видим на картинке?» «Что произойдет дальше?» Часто бывает полезно записать рассказ под диктовку ребенка. Затем консультант может прочесть рассказ ребенку, и историю можно проработать. Таким образом, у консультанта и ребенка появляется возможность начать диалог о чудовище, или о войне, или о большом звере, или о любой другой метафоре, которую можно использовать для разговора о переживаниях ребенка, связанных с его травматическим опытом.

Если у ребенка возникают флэшбэки, или если ребенок просыпается от связанных с травмой кошмаров, рисование картинок и рассказ истории также будут полезными техниками. Когда ребенок получает возможность нарисовать свой сон и рассказать о нем историю, это часто делает его способным в какой-то степени дистанцироваться от этого кошмара и немного лучше с ним справиться. Если ребенок просыпается ночью, разбуженный ужасным сновидением, бесполезно будет отрицать существование монстра, которого он только что видел! Наоборот, попросите его показать вам, что он видел, описав это, разыграв это, нарисовав картинку, или рассказав историю. Материал часто не требует интерпретации. Консультанту просто следует позволить ребенку выразить то, что у него на душе, и рассказать в подробностях свою историю, в то время как консультант продолжает проявлять интерес и сопереживает аффекту. Если ребенок испытывает некоторые трудности с тем, чтобы начать, консультант может предложить ему нарисовать картинку травматического события, дом до и после ситуации семейного насилия, свою комнату, любимую игрушку. Это даст возможность ребенку выразить его глубочайшие переживания в метафорической игре.

Кризисные консультанты должны быть готовы к тому, что дети будут терять душевное равновесие как будто ни с того ни с сего. Это происходит потому, что когда ребенок чувствует себя в безопасности, он начинает позволять воспоминаниям и чувствам выходить на поверхность, и внезапно он может просто расплакаться. Иной раз слово или действие, или какой-то

человек могут послужить триггером, и воспоминания и чувства внезапно ворвутся в душу. У детей могут наблюдаться бессонница, проблемы с принятием пищи, агрессивность, отчужденность, эксцентричное поведение и так далее.

## **РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

### **Финансовые ресурсы.**

Технология реализуется в рамках основной деятельности, без привлечения дополнительных средств.

### **Кадровые ресурсы**

Кадровые ресурсы с описанием функционала руководителей и специалистов, ответственных за реализацию, представлены в таблице.

Таблица 1

<b>№</b>	<b>Должность</b>	<b>Кол –во чел.</b>	<b>Функции</b>
1.	Заведующий отделением	1	осуществляет общее руководство по реализации технологии, контроль за реализацией мероприятий технологии
2.	Методист	1	осуществляет подбор и систематизация методической литературы по тематике технологии; проводит методических, технических учеб для специалистов (при необходимости)
3.	Психолог	3	осуществляет основные мероприятия; ведет информационно-просветительскую работу с семьями в рамках своих полномочий

### **Материально-технические ресурсы:**

кабинеты для приема клиентов, кабинет игровой терапии;  
 программное обеспечение «ППО АСОИ»;  
 техническое оборудование;  
 канцелярские товары (бумага, карандаши, фломастеры, мелки, ручки, ватманы и др.).

### **Информационные ресурсы:**

интернет-ресурсы;  
 официальный сайт учреждения, социальные сети учреждения;  
 средства массовой информации (телевидение, периодическая печать).

### **Методические ресурсы:**

подбор и систематизация методической литературы по тематике технологии;  
 проведение методических, технических учеб для специалистов (при необходимости);  
 формирование инструментария для решения проблем семьи и детей (используется в работе психологов при диагностическом исследовании и коррекционной работе с семьями).

## КОНТРОЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИИ

Контроль реализации технологии осуществляет заместитель директора.

Осуществляется текущий контроль, проводятся:

- аудит личных дел клиентов, в том числе эффективности проводимых мероприятий;
- анализ и оценка работы психологов, имеющихся резервов и возможностей эффективного использования ресурсного потенциала;
- корректирующие действия, направленные на устранение недостатков, выявленных в процессе работы.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

Таблица 2

### Ожидаемые результаты, критерии оценки.

Задачи программы	Ожидаемый результат	Критерии оценки	
		количественные	качественные
Профилактика острых панических реакций, психогенных нервно-психических нарушений.	Актуализация внутренних и внешних ресурсов	Отсутствие случаев возникновения острых психических реакций у 90 % жертв домашнего насилия	Овладение навыками уверенного поведения, эффективного выхода из стрессовых ситуаций
Повышение адаптационных возможностей человека, пережившего домашнее насилие, формирование поведенческих моделей, позволяющих справиться с последствиями травмы.	Активизация внутреннего ресурсного состояния у жертв домашнего насилия	Снижение количества повторных фактов насилия у жертв домашнего насилия на 70-80%	Формирование навыков ассертивного поведения у жертв домашнего насилия
Снижение вероятности возникновения различных отсроченных последствий у пострадавших (психосоматические проблемы, посттравматическое стрессовое расстройство и др.).	Эффективная проработка травматического опыта граждан, подвергшихся насилию	Снижение уровня стресса у жертв домашнего насилия на 50%	Повышение уровня активной жизненной позиции у жертв домашнего насилия



**МАТЕРИАЛЫ КОНФЕРЕНЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕСУРСНОГО ЦЕНТРА ПО ПРИОРИТЕТНОМУ  
НАПРАВЛЕНИЮ «СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ГРАЖДАН,  
ПОСТРАДАВШИХ ОТ НАСИЛИЯ, ПРОФИЛАКТИКА ЛЮБЫХ  
ФОРМ НАСИЛИЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ»**

4 марта 2021 года в 14:30 был организован и проведен практический семинар в режиме видеоконференцсвязи с целью представления опыта территорий по направлению деятельности - социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия.

**ПРОГРАММА КОНФЕРЕНЦИИ**

<b>Время проведения</b>	<b>Наименование мероприятия</b>
14.30-15.00	Подключение участников конференции
<b>1. Открытие конференции</b>	
15.00-15.05	Открытие конференции, приветственное слово <i>Духовникова Лариса Владимировна, заместитель директора бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>2. «Профилактика, виды и последствия форм насилия»</b>	
15.05. -15.15	<i>Романов Егор Николаевич, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Советский комплексный центр социального обслуживания населения»</i>
<b>3. «Профилактика жестокого обращения с несовершеннолетними как одно из условий обеспечения безопасного детства»</b>	
15.15-15.25	<i>Бажаяева Даметкен Утегеновна, заведующий отделением информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>4. «О реализации комплексной программы по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних «Любите тех, кто рядом»</b>	
15.25-15.30	<i>Трушина Вероника Валерьевна, методист отделения информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>5. «О реализации комплексной программы по вторичной профилактике насилия в</b>	

<b>семье «Карточный домик»</b>	
15.30-15.40	<i><b>Белоусова Наталья Алексеевна</b>, специалист по социальной работе отделения социального сопровождения граждан бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>6. «Технология эскалации семейного конфликта в процессе вторичной профилактики домашнего насилия»</b>	
15.40-15.45	<i><b>Стрегло Оксана Витальевна</b>, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>7. «О реализации комплексной программы по третичной профилактике насилия в семье «Ладья»</b>	
15.45-15.50	<i><b>Черепанова Надежда Викторовна</b>, психолог отделения социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>8. «Технология социальной работы с гражданами, пострадавшими от любых форм насилия, в том числе домашнего насилия»</b>	
15.50-16.00	<i><b>Блошенко Оксана Александровна</b>, психолог бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»</i>
<b>9. «Технология социального обслуживания женщин, пострадавших от насилия, профилактика домашнего насилия»</b>	
16.00-16.10	<i><b>Китайкина Елена Вячеславовна</b>, заведующий отделением психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ханты-Мансийский центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>10. «Особенности работы с лицами, подвергшимися любым формам насилия, в том числе домашнего, на территории Сургутского района»</b>	
16.10-16.20	<i><b>Миронова Елена Сергеевна</b>, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»;</i> <i><b>Пермякова Марина Леонидовна</b>, заведующий отделением социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>11. «Психологическое насилие в семье»</b>	
16.20-16.30	<i><b>Абдулова Аида Шахиновна</b>, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного</i>

	<i>округа – Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»</i>
<b>12. «Организация социальной помощи женщинам при социальном неблагополучии в БУ «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения»</b>	
16.30-16.40	<i>Гладких Лилия Александровна, психолог кризисного отделения помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения»</i>
<b>13. Методы арт-терапии в работе с детьми и подростками, подвергшимися жестокому обращению (Описание случая из практики)</b>	
16.40-16.50	<i>Мальмина Светлана Евгеньевна, психолог отделения для несовершеннолетних, в том числе социальный приют бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Нефтеюганский комплексный центр социального обслуживания населения»</i>
<b>14. Закрытие конференции</b>	
16.50-17.00	Обмен мнениями «Открытый микрофон»

## ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО УЧАСТНИКАМ КОНФЕРЕНЦИИ

*Л.В. Духовникова, заместитель директора бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

### **Здравствуйтесь, уважаемые коллеги!**

Рады приветствовать Вас на видеоконференции, посвященной трансляции опыта работы с гражданами, пострадавшими от насилия, бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» и учреждений социального обслуживания округа.

В июле 2020 года, во исполнение поручения Минтруда России, приказа Депсоцразвития Югры от 17.07.2020 № 887-р, с целью повышения доступности социального обслуживания граждан, подвергшихся насилию, и снижению рисков домашне-бытового насилия в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре, на базе нашего Учреждения создан Ресурсный центр по направлению:

профилактика любых форм насилия и социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия.

Работа в рамках Ресурсного центра осуществляется по трем направлениям:

первичная, вторичная, третичная профилактика насилия, и реализуется на базе трех структурных подразделений.

Опыт работы по профилактике насилия будет обобщен, аккумулирован в сборнике «Успешные практики в работе с гражданами, пострадавшими от насилия, и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия», выпуск которого запланирован в марте текущего года.

Заявились на участие в данном мероприятии 16 учреждений социального обслуживания автономного округа.

Желаю всем участникам конференции успешной, конструктивной работы и эффективного взаимодействия.

## **ПРОФИЛАКТИКА, ВИДЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ ФОРМ НАСИЛИЯ**

*Е.Н. Романов, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Советский комплексный центр социального обслуживания населения»*

Жестокое обращение с детьми – это умышленное или неосторожное обращение, или действия со стороны взрослых, которые привели к травмам, нарушению в развитии, смерти ребенка, либо угрожают его правам и благополучию.

Насилие - преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленное против себя, против иного лица, группы лиц или общины, результатом которого являются (либо имеется высокая степень вероятности этого) телесные повреждения, смерть, психологическая травма, отклонения в развитии или различного рода ущерб. [ВОЗ]

Насилие над ребенком – это физическое, психологическое, социальное воздействие на ребенка со стороны другого человека (ребенка или взрослого), семьи, группы или государства, вынуждающее его прерывать значимую деятельность и исполнять другую, противоречащую ей, либо угрожающее его физическому или психологическому здоровью и целостности.

Выделяют четыре основные формы насилия в отношении детей:

- психологическое;

- пренебрежение основными потребностями ребенка;
- физическое;
- сексуальное.

**Психологическое (эмоциональное) насилие** – это однократное или хроническое воздействие на ребенка, враждебное или безразличное отношение к нему, приводящее к снижению самооценки, утрате веры в себя, формированию патологических черт характера, вызывающее нарушение социализации.

Виды психологического насилия:

1. **Обесценивание.** Партнер или ребенок постоянно подвергается критике, ему постоянно указывают на его недостатки и просчеты, часто это выглядит как высмеивание при других людях, где целью является вызов чувства вины и стыда, которые развиваются в комплексы неполноценности.

2. **Контроль.** Партнер или родитель устанавливает очень жесткий контроль над тем, что делает, с кем общается, куда ходит и как одевается его партнер или ребенок. Он настаивает на том, чтобы с ним всегда советовались по поводу принятия даже самых незначительных решений, он контролирует финансы, телефонные разговоры, соцсети, контакты, увлечения. В случае неподчинения его воле – старается наказать, усилив все формы ограничений и подавляя волю жесткими запретами, часто сопровождающимися шантажом или истериками.

3. **Газлайтинг.** Одна из самых жестких и непереносимых форм психологического насилия скрывается за таким элегантным словом. Человек, который использует газлайтинг, отказывает своему партнеру или ребенку в адекватности: «тебе показалось», «этого не было», «ты просто не понимаешь этого». Часто отрицаются события, чувства, эмоции. Человек, который подвергся газлайтингу, чувствует, словно он сходит с ума. Очень часто газлайтингу подвергаются жертвы сексуального насилия, когда насильник постоянно внушает жертве, что она что-то не так понимает, или вообще отрицает факт насилия. Точно так же могут поступать и близкие люди, которые не верят жертве, обвиняя ее в странных фантазиях и отказываясь верить в происходящее.

4. **Игнорирование.** Эмоциональное отстранение, которое очень тяжело переносят дети, так как значимость привязанности к взрослому для них является ключевым для возникновения базового доверия к миру в целом. Ребенок ощущает, что если самому важному и значимому человеку наплевать на его чувства, эмоции и дела, то уж чужим людям он точно будет не нужен. Игнорирование часто становится причиной возникновения

суицидальных мыслей и других радикальных форм привлечения к себе внимания.

5. **Изоляция.** Изоляция отличается от игнорирования тем, что не сам насильник отстраняется от партнера, а заставляет его исключить из своей жизни близких и друзей, всех, кроме него. Таким образом насильник замыкает на себе все коммуникации партнера или ребенка. Лишаясь поддержки, а как правило, жертве запрещается любое общение с родственниками, насильник делает жертву полностью эмоционально зависимой от себя. Исключение из общения друзей и коллег, приводит к потере даже теоретической возможности попросить кого-либо о помощи.

6. **Шантаж и запугивание.** Задачи этих форм психологического насилия – лишить жертву собственной воли, собственного мнения, подчинить полностью своим желаниям и образу жизни. Часто при данных формах насилия человеку предъявляется материал интимного характера, который используется как компромат: «вот будешь себя плохо вести – расскажу, что ты мочишься в постель», «не будешь делать то, что я хочу – покажу всем твои фото ню». Чувство стыда и неловкости заставляет жертву отказываться от собственных планов в угоду желаниям насильника.

Психологическое насилие в отношении детей происходит повсеместно, в первую очередь в семье и в образовательных учреждениях.

Поведенческие признаки психологического (эмоционального) насилия:

- 0-1 год: нарушение сна и аппетита, плаксивость, отсутствие реакций на окружающих либо небезопасная привязанность;

- 1-3 года: недостаточность активного внимания (не задерживается внимание на объектах), агрессивность, задержка речевого развития, неразборчивая привязанность к малознакомым взрослым, отсутствие навыков самообслуживания;

- 3-6 лет: трудности взаимоотношений со сверстниками, стремление привлечь внимание взрослых любыми средствами, несформированность социальных навыков, прилипчивость;

- 6-12 лет: школьная неуспеваемость, прогулы школы, отвержение сверстниками, чрезмерная привязанность к взрослому, который уделяет внимание ребенку, уходы из дома, агрессивное поведение;

- подростки (неспецифические признаки): депрессия, низкая самооценка, суицидальное поведение, психосоматические заболевания (аллергия, заболевания кожи, боли в брюшной полости и пр.).

Психологическое насилие, значение которого недооценивалось в течение долгого времени, является наиболее деструктивной формой

жестокое обращение, затрагивающей все сферы развития ребенка. Особенно опасно психологическое насилие для маленьких детей: отсутствие эмоциональной стимуляции и поддержки ребенка, враждебное поведение родителей нарушают эмоциональное и физическое функционирование ребенка, приводят к задержке физического и умственного развития.

**Пренебрежение основными нуждами ребенка** заключается в нежелании или неспособности родителей, или лиц, их заменяющих, удовлетворять основные нужды ребенка, необходимые для развития физических, эмоциональных и интеллектуальных способностей.

***Формы пренебрежения нуждами ребенка:***

- оставление ребенка без присмотра;
- не предоставление ребенку медицинской помощи;
- отсутствие должного внимания, опеки, защиты (безнадзорность);
- отсутствие получения адекватного образования.

***Признаки пренебрежения основными нуждами ребенка:***

- недостаточный возрасту вес и рост;
- санитарно-гигиеническая запущенность;
- попрошайничество;
- воровство пищи;
- непосещение школы, плохая успеваемость;
- повышенная утомляемость, апатичность;
- задержка в развитии: моторного, речевого, интеллектуального, социального, поведенческого компонентов;
- беспокойство, сниженный эмоциональный фон, слезливость, молчаливость, склонность к одиночеству.

Наиболее часто пренебрежение основными нуждами ребенка наблюдается в семьях, ведущих асоциальный образ жизни (пьянство или наркомания родителей). Нередко в таких дисфункциональных семьях роль родителей по отношению к маленьким членам семьи берут на себя дети постарше.

Пренебрежение основными потребностями ребенка приводит к тому, что детство из периода радостного, беззаботного, полного любви и внимания со стороны взрослых, превращается в безрадостное существование, когда ребенок страдает от холода, недоедания, болезней. Пренебрежение основными нуждами ребенка часто сочетается с физическим и психическим насилием. Дети, лишенные любви и заботы родителей, готовы полюбить и довериться любому взрослому, который проявит к ним хоть немного внимания. Поэтому они имеют высокий риск оказаться объектом

сексуального посягательства со стороны педофилов, которые могут завоевать их привязанность, делая небольшие подарки.

**Физическое насилие** – это преднамеренное нанесение ребенку побоев, травм, повреждений, вследствие чего страдают его физическое и психическое здоровье и развитие, в особо тяжелых случаях наступает летальный исход. Признаки физического насилия: синяки; царапины и рубцы; ожоги; ссадины; различного рода травмы.

Наиболее распространенным свидетельством физического насилия являются синяки (до 90% всех повреждений). О неслучайном характере любых повреждений на теле ребенка свидетельствует: их расположение на плечах, груди, ягодицах, внутренней поверхности бедер, в области половых органов, на щеках и т.д.; очертания повреждений на коже напоминают те предметы, которыми они были нанесены: пряжка ремня, шнур, палка, отпечатки пальцев; следы избиения множественные, наряду со свежими повреждениями имеются старые рубцы и шрамы.

Особенности поведения детей, подвергшихся физическому насилию:

1. Для детей до 3 лет: малоподвижность (при отсутствии биологических обстоятельств), боязнь родителей или взрослых, плаксивость, печальный внешний вид ребенка, редкая улыбка, агрессивность.

2. Дошкольный возраст (3-6 лет): пассивность, уступчивость, заискивающее поведение; псевдовзрослое поведение, агрессивность, в т.ч. по отношению к животным, лживость.

3. Младший школьный возраст: стремление скрыть травму (ребенок не переодевается на физкультуру), нежелание возвращаться домой после школы, замкнутость и отсутствие друзей, уходы из дома, плохая школьная успеваемость.

4. Подростковый возраст: любые формы злоупотребления алкоголем и другими психотропными веществами, депрессивные состояния, суицидальные попытки.

Заподозрить физическое насилие в отношении ребенка можно, если наблюдаются:

1. Неоднократное обращение за медицинской помощью в связи с повреждениями у детей (исключение – гиперактивные дети).

2. Несоответствие характера повреждения обстоятельствам случившегося по рассказам родителей.

3. Немотивированный отказ родителей от обращения за медицинской помощью для ребенка.



4. Наличие у ребенка особенностей поведения, которые могут провоцировать жестокое обращение (соматические или психологические заболевания, неусидчивость, родились недоношенными).

5. Предъявление со стороны родителей требований к ребенку, которые не соответствуют его физическому или интеллектуальному развитию.

Некоторые дети являются более устойчивыми к физическому насилию. С этим связан миф о «пользе» физического наказания. Но, несмотря ни на что, ни при каких обстоятельствах применение физических наказаний по отношению к детям недопустимо.

**Сексуальное насилие** – вовлечение ребенка с его согласия или без такового в прямые или не прямые действия сексуального характера с взрослым с целью получения последним сексуального удовлетворения или выгоды.

Сексуальное насилие включает как прямые сексуальные контакты, так и не прямые: демонстрация ребенку обнаженных гениталий; демонстрация порнографических и эротических материалов, а также вовлечение ребенка в изготовление подобных материалов; подглядывание за ребенком во время совершения им интимных процедур.

Классификация сексуального насилия:

1. Сексуальная эксплуатация – взрослый злоупотребляет беспомощностью жертвы, либо силой, для удовлетворения собственного сексуального влечения.

2. Эротизация ребенка – стимуляция сексуального развития в ущерб другим сторонам развития.

3. Подавление детской сексуальности – формирование негативного отношения к любым проявлениям сексуальности и сексуальных интересов.

Сексуальное насилие в отношении детей очень скрытое, но далеко не редкое явление. Жертвами сексуального насилия могут стать дети любого возраста.

Сексуальное насилие в отношении ребенка зачастую совершается в семье. Сексуальное насилие в семье (инцест) – это серьезное нарушение внутрисемейных отношений, которому всегда предшествует более или менее выраженное эмоциональное пренебрежение или плохое обращение. Это намерение родителя удовлетворить свои сексуальные потребности, пренебрегая своими родительскими обязанностями.

Признаки перенесенного сексуального насилия:

- повреждения генитальной, анальной областей в виде синяков, ссадин, припухлостей, разрывов, кровоизлияний или нарушения целостности девственной плевы;
- заболевания, передающиеся половым путем;
- инфекции мочевыводящих путей;
- энурез и/или энкопрез;
- нервно-психические расстройства;
- психосоматические болезни (необъяснимые хронические боли внизу живота, дерматиты и др.).

Перечисленные виды жестокого обращения и насилия редко встречаются по отдельности. Часто ребенок испытывает на себе 2-3 вида жестокого обращения, что усугубляет негативные последствия насилия на развитие его личности.

### **Последствия насилия в семье для развития ребенка**

Все дети, пострадавшие от жестокого обращения и перенесшие насилие, пережили психологическую травму, которая будет отрицательно влиять на личностное, эмоциональное и поведенческое развитие ребенка.

Тяжесть последствий насилия будет зависеть: от вида насилия, возраста ребенка, от реакции окружающих, ситуации. Последствия насилия для ребенка будут серьезнее и тяжелее, если оно совершается близким человеком, например, папой или мамой.

#### **Основные последствия психического насилия:**

- задержка физического, психического и эмоционально-волевого развития;
- эмоциональная незрелость;
- страхи (фобии);
- нарушенная привязанность (отсутствие доверительных, теплых отношений с родителями);
- психосоматические заболевания (это телесная реакция организма на психологическую травму: гипертоническая болезнь, язва желудка, бронхиальная астма, кожные заболевания);
- нарушение познавательной деятельности.

Эмоционально теплые отношения ребенка с родителями или лицами, их замещающими, в первые годы жизни, являются важнейшим условием для его нормального психического и физического развития. Недостаток или отсутствие такой эмоциональной поддержки, вызывает существенные психические и поведенческие расстройства, которые будут проявляться во взрослом возрасте. Психологическое насилие может начинаться, когда

ребенок находится еще в утробе матери – он нежеланный, лишний, его уже не любят.

Основные последствия **физического насилия**:

- агрессивность (например, ребенок жестко относится к животным);
- пассивность;
- замкнутость, отсутствие друзей;
- псевдовзрослое поведение;
- эмоциональная нестабильность;
- плохая школьная успеваемость.

Последствия физического насилия могут быть самими разными: от незначительных нарушений и до грубых отклонений, включая психопатологии, саморазрушающее и асоциальное поведение. Это определяется возрастом ребенка, его особенностями, характером отношений с наказывающим родителем, силой и способом наказаний.

Основные последствия **сексуального насилия**:

- эротического и порнографического характера, имитация полового акта с помощью кукол);
- нарушение эмоционально-волевой сферы;
- неуверенность в себе, заниженная самооценка; агрессивность (часто немотивированная);
- нарушение познавательной деятельности.

Опыт сексуального насилия, перенесенного в детстве или подростковом возрасте, повышает риск стать жертвой сексуального насилия в зрелом возрасте.

Насилие над детьми со стороны родителей, к сожалению, в последнее время стало неотъемлемой чертой современной семьи. И это не обязательно неблагополучная семья, например, где родители злоупотребляют спиртными напитками. Часто это семья с хорошим материальным достатком, благоустроенным жильем, но в семье происходит насилие в отношении ребенка.

Самое страшное то, что в будущем модель поведения родителей, станет стандартом поведения ребенка. Например, если его родители применяли физическое наказание, то, став взрослым, он тоже будет использовать ремень в своей семье.

## **ПРОФИЛАКТИКА ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ КАК ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОГО ДЕТСТВА**

*Д.У. Бажаяева, заведующий отделением информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

Сургут является одним из крупнейших городов автономного округа, численность населения которого составляет более 360 тыс. человек. В нашем городе осуществляют деятельность сеть учреждений социального обслуживания, предоставляющие социальные услуги различным целевым категориям.

Основное направление деятельности БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» – предоставление комплексной всесторонней помощи и поддержки семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации или в социально опасном положении; профилактика семейного неблагополучия и социального сиротства.

В докладе представлен опыт работы нашего учреждения по профилактике жестокого обращения с несовершеннолетними, в том числе насильственных действий.

Практика работы специалистов Учреждения показывает, что важное значение в решении проблемы насилия в семье имеет комплексный подход, позволяющий расставить приоритеты в работе и определить перспективные направления деятельности.

И в этом случае ключевыми моментами успешной работы с семьей являются:

- раннее выявление семейного неблагополучия, в том числе жестокого обращения или насилия над детьми,
- правильное определение проблем семьи,
- совместный поиск ресурсов для их преодоления.

Ежегодно, более 20 лет, БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» добивается положительных результатов в сфере профилактики семейного неблагополучия и социального сиротства, что в свою очередь ведет к созданию безопасной и благоприятной для воспитания ребенка семейной среды.

В рамках Ресурсного центра (с июля 2020 года) специалистами Учреждения были разработаны программы по профилактике различных

форм насилия, в том числе домашнего насилия, которые прошли внешнюю экспертизу в Методическом центре. Это:

1. Комплексная программа по первичной профилактике «Любите тех, кто рядом».
2. Комплексная программа по вторичной профилактике «Карточный домик».
3. Комплексная программа по третичной профилактике «ЛАДЬЯ».

Приоритетными задачами в реализации данных программ являются: профилактика семейного неблагополучия;

предупреждение возникновения признаков жестокого обращения, в том числе насильственных действий в отношении несовершеннолетних;

создание безопасного и толерантного реабилитационного пространства для жертв любого вида насилия.

На сегодняшний день программы проходят пилотную апробацию.

Все программные мероприятия организованы с учетом основных направлений деятельности Учреждения.

1. Информационно-просветительская работа, направленная на пропаганду семейных ценностей, положительного опыта семейного воспитания; формирование ценностей ответственного родительства, профилактику насилия,

2. Организация и проведение совместных мероприятий с субъектами системы профилактики, в том числе с общеобразовательными учреждениями города.

С целью ранней профилактики, направленной на выявление фактов (признаков) жестокого обращения, насилия, некомфортного проживания несовершеннолетних в семьях, Учреждением проводится тестирование:

- несовершеннолетних, находящихся в социально-опасном положении, на предмет выявления признаков суицидального поведения/наклонностей, жестокого обращения, сексуального насилия и других криминальных проявлений в отношении несовершеннолетних

Таблица 1

Показатели/года	2018	2019	2020
Прошли тестирование (н/л)	185	274	151
Выявлены суицидальные наклонности, нестабильное психозмоциональное состояние (%)	5	5	3

- несовершеннолетних подопечных на комфортность проживания в замещающей семье, выявление психотравмирующих факторов, признаков жестокого обращения и суицидального риска

Таблица 2

Показатели/года	2018	2019	2019
Прошли тестирование (н/л)	756	796	144
Выявлены признаки некомфортного проживания (%)	0,3	0,7	0

Кроме того, выявление несовершеннолетних, нуждающихся в помощи и поддержке, осуществляется в рамках службы «Экстренная детская помощь», деятельность которой организована в Учреждении с 1 марта 2015 года. Проводятся экстренные и плановые выезды в семьи совместно с представителями субъектов системы профилактики (правоохранительные органы, учреждения здравоохранения, Управлением по опеке и попечительству Администрации города Сургута).

За последние три года в рамках службы «Экстренная детская помощь» в целом осуществлено более 600 выездов, выявлено 16 несовершеннолетних, находящихся в социально опасном положении, приняты своевременные меры по исключению социально опасного положения.

Следующим источником раннего выявления жестокого обращения или насильственных действий в отношении несовершеннолетних является работа психологов при проведении следственных или иных процессуальных действий в отношении несовершеннолетних, в том числе в помещении «Дружественное детям».

Данное помещение оборудовано и функционирует в Учреждении с декабря 2015 года во исполнение четырёхстороннего приказа участниками которой являются органы образования, следственный комитет, органы полиции и учреждения социального обслуживания.

Специалисты Учреждения ежегодно (три месяца в году) привлекаются к участию в следственных и иных процессуальных действиях в отношении несовершеннолетних, в том числе подвергшихся преступным посягательствам.

Сформирован кейс психолого-педагогических методик и диагностик, с учетом каждого возможного случая (насилие, жестокое обращение и др.), который утвержден Методическим советом Учреждения.

Несовершеннолетним и членам их семей оказывается своевременная психологическая помощь и поддержка, направленная на стабилизацию психоэмоционального состояния, преодоление семьями и детьми посттравматических реакций.

#### **Статистические данные об участии специалистов Учреждения при проведении следственных и иных мероприятий**

Таблица 3

Показатели/года	Количество раз/количество несовершеннолетних		
	2018	2019	2020
Присутствие психологов учреждения при проведении следственных действий	36/31	21/21	53/54
в том числе в помещении, дружественном детям (рассматриваются случаи сексуального насилия в отношении несовершеннолетних)	6/6	2/2	8/9

В рамках основной деятельности в Учреждении также реализуется ряд программ, направленных на раннюю профилактику семейного неблагополучия, жестокого обращения, насилия в отношении несовершеннолетних:

- комплексная программа «Азбука жизни» - адаптация и социализация несовершеннолетних воспитанников стационарного отделения Учреждения;
- проект «Родительский университет» - сопровождение замещающих семей с целью успешной адаптации к новым условиям, повышение психолого-педагогической компетентности замещающих родителей;
- комплексная программа по профилактике отклоняющегося поведения несовершеннолетних и родительскому просвещению «Формула успеха»;
- Программа «Шаг навстречу», проведение медиативных встреч сотрудниками Учреждения (психолог, специалист по работе с семьей) в рамках реализации.

Основной акцент в работе с семьями несовершеннолетних, у которых были выявлены признаки насилия или жестокого обращения, ставится на выработку новых жизненных установок в семье, с учетом полученного несовершеннолетними негативного жизненного опыта.

Проводится индивидуальная и групповая профилактическая работа, которая направлена на преодоление семейного кризиса и стабилизацию психоэмоционального состояния членов семьи, гармонизацию межличностных и внутрисемейных отношений.

В заключении хотелось бы отметить, что:

выстроенная система межведомственного взаимодействия, общее понимание целей и задач, согласованность их действий;

создание единого информационного и реабилитационного поля в работе специалистов различных ведомств с семьей и детьми;

использование в работе с несовершеннолетними и семьями максимально возможных ресурсов органов и учреждений системы профилактики, иных социальных партнеров исходя из потребностей и выявленных проблем семей;

использование различных моделей ранней профилактики позволяют повысить эффективность проводимой работы с несовершеннолетними и членами их семей по профилактике жестокого обращения, насилия в отношении несовершеннолетних, что в свою очередь формирует модель безопасного детства.

## **О РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ В ОТНОШЕНИИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ «ЛЮБИТЕ ТЕХ, КТО РЯДОМ»**

***В.В. Трушина**, методист отделения информационно-аналитической работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Как показывает практика, явление жестокого обращения с детьми, насилия над ними, в том числе домашнее, характерно для всех социально-экономических слоев общества.

Даже в благополучных семьях, где родители испытывают искреннюю любовь и привязанность к своим детям, в воспитательном процессе могут использоваться такие формы воздействия на ребенка, как телесные наказания (шлепок, подзатыльник), оскорбления, запугивания, лишение ребенка общения и т.д.

Программа, которую я представляю направлена на первичную профилактику жестокого обращения, насилия в семье в отношении несовершеннолетнего.

Ключевым элементом планирования действий по преодолению жестокого обращения является комплекс эффективных и всесторонних профилактических мер, сфокусированных на ребенке и ориентированных на семью.

Мероприятия, которые составляют данный комплекс, вы видите на слайде:

- первичная, вторичная, третичная профилактика насилия в семье, в том числе в отношении несовершеннолетних;
- повышение родительской компетентности в вопросах воспитания детей;



- пропаганда семейных ценностей, ответственного родительства;
- межведомственное взаимодействие учреждений здравоохранения, образования, системы социальной защиты, правоохранительных органов и органов правосудия.

Первичная профилактика является приоритетным направлением деятельности по защите детей от жестокого обращения и направлена на предупреждение возникновения факторов риска жестокого обращения. Как следствие, формирование ненасильственной, неагрессивной модели поведения, воспитание гармоничной личности.

Целевой группой комплексной программы по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних «Любите тех, кто рядом», являются функциональные семьи: несовершеннолетние, родители (законные представители, лица их заменяющие).

Для достижения поставленной цели реализуются задачи, направленные на комплексную работу как в отношении родителей, так и в отношении несовершеннолетних: просвещение участников целевой группы по предотвращению насилия над детьми, повышение правовой грамотности несовершеннолетних в вопросах защиты своих прав; повышение уровня психологической компетентности по преодолению различных жизненных трудностей; вовлечение целевой группы в совместные виды деятельности; организация системы межведомственного взаимодействия.

Данная программа направлена непосредственно на несовершеннолетних и их родителей (законных представителей, лиц их заменяющих).

Программа включает 4 блока:

- профилактическая работа с родителями (законными представителями, лицами, их заменяющими);
- профилактическая работа с несовершеннолетними;
- информационно-просветительская работа (буклеты, листовки, брошюры, статьи), направленная на пропаганду семейных ценностей, положительного опыта семейного воспитания; формирование ценностей ответственного родительства;
- организация и проведение совместных мероприятий несовершеннолетних с их родителями (законными представителями, лицами, их заменяющими).

В соответствии с данными направлениями деятельности разработан примерный тематический план мероприятий. Содержание мероприятий

возможно изменению, исходя из запроса участников мероприятий, не отступая от общей концепции программы.

Ожидаемый результат в процессе реализации программы, количественные и качественные критерии оценки прописаны в соответствии с поставленными задачами:

- в количественных показателях – участие несовершеннолетних, родителей (лиц их заменяющих) в запланированных мероприятиях; расширение социокультурного пространства.

- в качественных показателях – повышение уровня информированности у родителей по вопросам профилактики насилия, социальной активности семей-участников программы, повышение уровня знаний у несовершеннолетних в вопросах защиты своих прав.

В рамках основных мероприятий программы БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» по данному направлению деятельности в 2020 году:

- были распространены информационные буклеты;

- осуществлено информирование населения посредством электронного кейса «Семейные открытки», размещенного на официальном сайте учреждения с лекционным материалом.

В связи с введением в регионе режима повышенной готовности из-за угрозы распространения новой коронавирусной инфекции, среди учреждений социального обслуживания управления социальной защиты населения по г. Сургуту и Сургутскому району был проведен конкурс в дистанционном формате «Арт – объект «Ремень не для наказания, или Чудесные превращения ремня».

В конкурсе приняли участие несовершеннолетние в возрасте от 8 до 12 лет. В работах детей ремень превращался в элемент картины, фоторамки, элементы мебели и декора, вазы для цветов, украшения и др. На слайде представлена часть работ.

Согласно протоколу заседания членов жюри БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям», были определены победители Конкурса (лауреаты 1, 2, 3 степени) и номинанты по номинациям: «Добрые воспоминания», «Нам спорт помогает дружить», «Креативность», «Красота спасет мир».

В адрес участников Конкурса направлены дипломы и благодарственные письма руководителям учреждений. Информация о проведении и результатах Конкурса размещена на официальном сайте Учреждения.

В заключение хотелось бы отметить, участие родителей и детей в совместных мероприятиях, различных акциях и праздниках позволит сформировать эмоциональную близость и привязанность между родителями и детьми, развить навыки конструктивного взаимодействия, даст возможность обучить родителей способам вовлечения их детей в различные виды их совместной деятельности.

## **О РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ «КАРТОЧНЫЙ ДОМИК»**

*Н.А. Белоусова, специалист по социальной работе отделения сопровождения граждан бюджетного учреждения Ханты- Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

На сегодняшней видеоконференции я представляю комплексную программу по вторичной профилактике насилия в семье «Карточный домик», промежуточные итоги реализации Программы.

Как уже говорилось ранее, программа была разработана в рамках Ресурсного центра и направлена на вторичную профилактику насилия в семье.

Как вы видите на слайде целевая группа – это все те семьи, с которыми работают специалисты нашего Учреждения, то есть семьи, находящиеся в социально опасном положении или трудной жизненной ситуации, то есть семьи «группы риска».

На экране вы видите статистические данные по работе с семьями СОП и ТЖС. Все эти семьи попали в «группу риска» по различным причинам:

ненадлежащее исполнение родителями обязанностей по воспитанию и содержанию детей, и, как следствие, наличие высокого риска насилия в семье;

злоупотребление спиртными напитками, употребление наркотических веществ и другие.

Как показывает практика работы Учреждения, семейное неблагополучие является основной причиной возникновения жесткого обращения или насилия, которое может проявляться в различных формах.

Поэтому важно работать с семьями «группы риска» адресно, комплексно, используя все ресурсы, как специалистов Учреждения, так и субъектов системы профилактики.

В связи с этим, цель и задачи Программы (вы видите на экранах) направлены на:

раннее выявление семейного насилия;

оказание всесторонней помощи семье на основе межведомственного взаимодействия субъектов системы профилактики.

Для достижения поставленных задач используются разнообразные формы и методы работы, для максимального вовлечения всех членов семьи в работу, с учетом их индивидуальных особенностей и потребностей.

Программа состоит из 3-х этапов:

- организационного, практического, аналитического.

Реализация программы началась с сентября 2020 года.

Именно в сентябре был реализован организационный этап, вы видите на слайде.

На организационном этапе осуществлялся подбор инструментария, распределены обязанности и полномочия среди исполнителей программы и ответственных, семьи мотивировались на участие, определялись актуальные проблемы, внутренние ресурсы.

С октября 2020 года стартовал практический этап, реализовывались основные мероприятия.

Основной этап состоит из 4-х блоков:

1 блок «Индивидуальная профилактическая работа с членами семьи», который предусматривает индивидуальную коррекционную работу с членами семей «группы риска» в период кризиса и направлен на стабилизацию психоэмоционального состояния членов семьи, повышение уровня стрессоустойчивости.

2 блок «Групповая профилактическая работа с семьей» направлен на гармонизацию межличностных и внутрисемейных отношений, развитие коммуникативных навыков, эмоциональной и волевой сферы членов семьи.

3 блок «Информационно-просветительская работа с семьей», осуществляется информирование населения города посредством размещенного на официальном сайте Учреждения, во вкладке «Ресурсный центр», электронного кейса «Семейные открытия». Тематику кейса вы видите на слайде, с содержанием можете ознакомиться на сайте Учреждения.

4 блок «Социальное партнерство». Целью которого максимальное привлечение социальных партнеров к решению проблем целевой группы.

В работе с семьями «группы риска» большую роль играет межведомственное взаимодействие. Эффективность осуществления профилактики насилия в семьях во многом определяется профессионализмом субъекта воздействия и комплексным характером профилактического применения. Межведомственный уровень позволяет обеспечить работу в команде, дает возможность всесторонне решать проблемы тех, кто нуждается в помощи.

На сегодняшний день в мероприятиях Программы участвуют 6 семей (13 несовершеннолетних, 8 взрослых; 21 человек).

Небольшие цифры, на первый взгляд. Но это семьи, находящиеся в социально опасном положении, с факторами предрасположенности к семейному насилию, семейным неблагополучием, немотивированные на совместную работу изначально, замотивированные на участие в мероприятиях Программы впоследствии. На сегодняшний день в работе с семьями достигнуты определенные положительные результаты (вы видите на экране).

Программа реализуется до июля 2021 года.

Планируется достижение таких результатов как:

- активизация внутренних ресурсов у семей-участников Программы;
- завершение работы с семьями с положительной динамикой;
- социально-психологическое оздоровление семей.

Спасибо за внимание! Всего наилучшего Вам, уважаемые коллеги.

## **ТЕХНОЛОГИЯ ЭСКАЛАЦИИ СЕМЕЙНОГО КОНФЛИКТА В ПРОЦЕССЕ ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ**

***О.В. Стрегло**, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

В ходе реализации программы по вторичной профилактике насилия в семье «Карточный домик» возникла необходимость разработки нового методического продукта, инновационной технологии - технологии эскалации семейного конфликта.

Эскалация – это планомерное и постепенное (как восхождение по лестнице) расширение или увеличение чего-либо. Противоположным по

смыслу является понятие «деэскалация», т.е. постепенное «сворачивание», уменьшение.

Выражение «эскалация конфликта» означает, что конкретный конфликт по каким-либо причинам начинает увеличивать зону действия, вовлекает в него все большее количество участников, прогрессирует во времени; обостряет противоборства, при котором последующие разрушительные воздействия оппонентов друг на друга интенсивнее, чем предыдущие.

В семейных отношениях конфликт может возникнуть между супругами, сиблингами, родителями и детьми, другими членами семьи. Независимо от того, кто является инициатором конфликта, какие стороны вступили в противодействие, конфликт всегда развивается по определенному алгоритму.

Целевая группа – семья, испытывающая острый внутрисемейный конфликт.

К кризисной можно отнести ситуацию, которая сложилась в стране в последнее время (период пандемии). Члены семьи были вынуждены одновременно находиться долгое время вместе в замкнутом пространстве. В семьях, где отношения ранее складывались благополучно, данная ситуация укрепила отношения и сплотила семью, а семьи, где ранее были затяжные нерешенные проблемы - столкнулись с ними в полном проявлении.

Наблюдаются следующие этапы эскалации конфликта:

1. Стороны конфликта теряют объективность восприятия друг друга, проявляется субъективная оценка, формируется образ врага.

При этом:

- нарастает обоюдное недоверие;
- вся вина возлагается на противоположную сторону;
- все действия противника толкуются только с негативной точки зрения;
- все сторонние лица (группы людей), имеющие какие-либо отношения с противоположной стороной, автоматически становятся врагами.

2. Между сторонами конфликта нарастает взаимное напряжение.

3. Участники переходят от аргументированных доводов к личностным выпадам.

4. Между ними углубляются противоречия, которые ранее имели меньшую значимость.

5. Участники прибегают к насилию.

6. В конфликт втягиваются другие стороны, появляются новые предметы разногласий.

Практическая значимость технологии заключается в снижении остроты внутрисемейного конфликта, предупреждении и преодолении насильственных действий, отклонений в поведении, улучшении микроклимата семьи.

#### *Этапы реализации технологии:*

1. Организационный:

- установление контакта с семьей
- постановка «социального диагноза»

(определение факторов, способствующих возникновению конфликтных ситуаций в семье);

- обсуждение с членами семьи потребностей в помощи, форм сотрудничества, совместных мероприятий

2. Практический: индивидуальная и групповая работа с семьей

3. Аналитический: оценка эффективности реализации технологии

#### *Алгоритм реализации технологии*

В психологической работе в разрешении острой стадии конфликта принимают участие все стороны, по возможности совместно состоится открытый диалог, и каждый участник принимает на себя ответственность в выполнении собственных обязательств, далее планируется пролонгированная работа с психологом.

Этап эскалации конфликта может закончиться либо деэскалацией и достижением согласия (консенсуса), либо замереть на определенной стадии без сдвигов в ту или иную сторону.

В соответствии с поставленными задачами ожидаем следующие результаты технологии:

Таблица 1

Ожидаемый результат	Критерии оценки	
	количественные	качественные
Стабилизация психоэмоционального состояния членов семьи	Снижение уровня тревожности у 70% участников конфликта	Установление благоприятного нравственного психологического климата в семье
Создание условий для формирования доброжелательных отношений между членами семьи	Положительная динамика показателей социально-психологического здоровья у 60% участников	Повышение мотивации родителей на активное участие в разрешении трудных ситуаций

Снижение общего уровня конфликтности	Снижение статистики по поводу правонарушений н/л 20%	Расширение представления родителей о возможностях детей, их творческих способностях, достижениях через позитивную совместную деятельность
Активизация внутренних ресурсов членов семьи	Повышение уровня активной жизненной позиции у 60% членов семьи	Самостоятельное программирование семьями позитивных изменений в своей жизни

## О РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ТРЕТИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ «ЛАДЬЯ»

***Н.В. Черепанова,** психолог отделения социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»*

В программе «ЛАДЬЯ» затронута одна из важных проблем, на которую обращено внимание в последнее время, в условиях пандемии коронавируса, - это проблема домашнего насилия.

Домашнее насилие - это ситуация, когда один человек контролирует или пытается контролировать поведение и чувства другого члена семьи.

Программа «ЛАДЬЯ» (в ладу с собой) направлена на оказание комплексной социальной помощи гражданам, подвергшимся домашнему насилию.

Целевая группа: семьи, отдельные ее члены, подвергшиеся домашнему насилию.

Цель и задачи программы направлены на снижение количества повторных фактов домашнего насилия в семьях, участвующих в программе.

Программа «ЛАДЬЯ», направлена на оказание комплексной социальной помощи гражданам, подвергшимся домашнему насилию.

Социальная значимость программы заключается в создании условий, способствующих личностному развитию и умению эффективно решать сложившиеся трудные ситуации, преодолевать посттравматические реакции.

Формы работы представлены как со взрослыми-жертвами домашнего насилия, с несовершеннолетними-жертвами домашнего насилия, также с членами семьи, в том числе работа с агрессорами.



Методы работы направлены на мобилизацию потенциальных возможностей жертв домашнего насилия в соответствии с ее реальными притязаниями, на снижение уровня фиктивности личности и формирование паттернов ассертивного поведения, т.е. поведения при котором демонстрируется самоуважение.

Программа реализуется в три этапа: организационный, практический и аналитический.

Организационный этап направлен на формирование межсекторальной команды с целью организации межведомственного взаимодействия, на формирование группы участников и установление контакта с гражданином (жертвой домашнего насилия) и его семьей, прояснение потребностей в помощи, форм сотрудничества, совместных мероприятий.

Реализация практического этапа происходит по блокам.

Первый блок предусматривает индивидуальную реабилитационную работу с жертвой насилия в семье и имеет определенные правила и направления, но все они нацелены на преодоление тех психологических изменений, которые происходят под воздействием длительного стресса, а также в связи с самым тяжелым и опасным разрушением, причиняемым насилием.

Второй блок включает в себя семейное (групповое) консультирование, детско-родительское консультирование, консультирование супружеских пар.

Главный акцент – привлечение к работе с психологом всех членов семьи, как живущих совместно, так и из близкого окружения (значимые для жертвы насилия родственники).

Третий блок включает в себя групповые формы работы с жертвами насилия – группы взаимопомощи, тренинговые занятия.

Основная задача групп взаимопомощи – научить своих членов самораскрытию и самоанализу. Еще одна цель - помочь участникам сконцентрировать свои действия на тех изменениях, которых они хотят в своей жизни. Оказание психологической помощи здесь происходит через групповую поддержку и выявление позитивных личностных ресурсов.

Четвертый блок включает в себя индивидуальные консультации с агрессором, с целью коррекции психоэмоционального состояния (индивидуальные психологические занятия). Это самый трудный блок в практической работе психолога.

Главный акцент – включение человека, склонного к насилию в работу, формирование у него понимания наличия проблемы, осознание последствий

своего поведения, осознание внутренних страхов и других чувств, которые приводят к насильственному поведению.

Пятый блок включает в себя социальное партнерство, целью которого является расширение информационного поля у граждан, специалистов задействованных в решении проблем насилия, вовлечение социальных партнеров в решение общественной проблемы домашнего насилия.

Основные принципы социального партнерства при работе с жертвами домашнего насилия:

- принцип гуманности;
- принцип «Не навреди!»;
- принцип конфиденциальности.

По состоянию на 04.03.2021г. в реализации программы участвуют шесть семей, из них 6 взрослых и двое несовершеннолетних.

Результаты реализации программы ожидаются исходя из цели и задач программы.

### **Кризисная интервенция**

В рамках комплексной программы ЛАДЬЯ применяется технология кризисной интервенции.

Кризисная интервенция (вмешательство) – это экстренная и неотложная психологическая скорая помощь, направленная на возвращение пострадавшего от семейного насилия к адаптивному уровню функционирования, предотвращение психопатологии, снижение негативного воздействия травматического события.

Целевая группа – граждане, пострадавшие от домашнего насилия.

Цель и задачи кризисной интервенции направлены на максимальное преодоление у пострадавших от семейного насилия посттравматических последствий.

Экстренная психологическая помощь основана на принципе интервенции в поверхностные слои сознания, то есть на работе с симптоматикой, а не с синдромами.

Ситуация домашнего насилия рассматривается многими современными исследователями как критическая ситуация, оказывающая значительное влияние на жизненный мир личности. Домашнее насилие характеризуется как травматический кризис, переживаемый человеком, который провоцирует возникновение и развитие у него кризисного состояния.

Кризисная помощь должна быть реалистичной и целенаправленной, поэтому ее общая стратегия может быть построена по типу обучения стратегии решения проблем.

Основная цель Кризисной интервенции - обучение пострадавшего от семейного насилия адаптивным способам преодоления кризиса и восстановление психологического равновесия.

Важно, чтобы консультант уважал защиты пациента и давал ему время, чтобы пациент мог позволить чувствам, связанным с пережитым, подняться на поверхность. Кризисное консультирование по своей природе очень краткосрочное (в течение одной-двух сессий).

Проведения кризисной интервенции с детьми, пережившими домашнее насилие имеет свои особенности.

Когда дети рассказывают свою историю, они скорее будут говорить на языке игры и метафор, создаваемых их воображением. Поэтому, встречаясь с ребенком, пережившим травматический опыт домашнего насилия, полезно будет иметь при себе коробку карандашей и блокнот бумаги и/или побольше игрушек, кукол.

С помощью бумаги и карандашей ребенок может нарисовать картинку и рассказать историю, которые станут метафорическим отражением его переживаний.

Кризисные консультанты должны быть готовы к тому, что дети будут терять душевное равновесие как будто ни с того ни с сего. Это происходит потому что, когда ребенок чувствует себя в безопасности, он начинает позволять воспоминаниям и чувствам выходить на поверхность, и внезапно он может просто расплакаться.

Исходя из целей и задач, планируются следующие результаты, главными из которых, по нашему мнению, являются:

- повышение уровня активной жизненной позиции у жертв домашнего насилия;
- овладение навыками уверенного поведения, эффективного выхода из стрессовых ситуаций.

## **ТЕХНОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ С ГРАЖДДАНАМИ, ПОСТРАДАВШИМИ ОТ ЛЮБЫХ ФОРМ НАСИЛИЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ**

*О.А. Блошенко, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»*

Любой член семьи, нетрудоспособные и престарелые, мужчины, женщины и дети, которые не могут себя защитить, могут подвергнуться насилию. «Насилие есть применение силы, опора на силу, действие с помощью силы» (Гусейнов А.А). Чаще всего под данным термином мы понимаем систему поведения члена семьи с целью сохранения власти и контроля над другим (другими) с помощью использования силовых методов (применение физической силы, психологической, действия сексуального характера, пренебрежение и пр.).

Насилие имеет множество разных форм и проявлений, все это требует принятия целого комплекса мер - исправительных и превентивных, немедленных и долгосрочных в целях изменения сознания пострадавшего и негативно воздействующей среды.

В 2020 г. в отделении психологической помощи гражданам БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения» разработана технология социальной работы с пострадавшими от любых форм насилия, в том числе домашнего насилия, которая направлена на оказание специализированной, комплексной помощи гражданам, подвергшимся насилию, находящимся в кризисном и опасном для физического и душевного здоровья состоянии. Данная технология подразумевает работу с детьми, женщинами и мужчинами, пострадавшими от различных форм насилия. Работа с мужчинами является особенностью данной технологии, так как они не защищены от этого риска. При этом в обществе эта проблема практически не обсуждается и многими не воспринимается всерьез. По опыту работы специалистов учреждения отметим, что не было выявлено случаев насилия в отношении мужчин. Мы можем предположить, почему нет случаев выявления, т.к. для мужчины эта тема настолько табуирована, что, будучи жертвой насилия, он просто не решится об этом говорить, даже если был нанесен реальный физический или психологический вред. Ведь общество определяет мужчину сильным полом, поэтому ему сложно признать насилие над собой.

В рамках «Технологии социальной работы с гражданами, пострадавшими от любых форм насилия, в том числе домашнего насилия» разработан и реализуются отдельный порядок действий специалистов при оказании помощи каждой категории граждан, подвергшихся различным видам насилия.

Основными этапами работы в данном направлении является:

- 1) фиксация случая выявления либо обращения;

2) первичная психологическая диагностика и оказание экстренной помощи (решение наиболее острых проблем, выявленных при обращении);

3) принятие мер (в случае необходимости) по обеспечению безопасности пострадавшего (при совершении насилия в отношении женщин – это взаимодействие с благотворительным фондом адресной помощи «Путь милосердия»; при совершении насилия в отношении несовершеннолетних – это обследование условий жизни и воспитания ребенка, взаимодействие с отделением для несовершеннолетних «Социальный приют для детей»);

4) содействие пострадавшему и членам семьи в подаче документов в управление социальной защиты населения для признания нуждающимися в социальном обслуживании;

5) осуществление дальнейшей помощи (социальная, психологическая, социально-правовая, предоставление временного крова и другие виды помощи) оказывается в соответствии с составленным индивидуальным планом социального обслуживания;

6) заключительная психологическая оценка психоэмоционального состояния пострадавшего и его окружающей среды, вынесение решения о необходимости дальнейшей работы;

7) закрытие случая выявления или обращения при положительных показателях.

Выявление факта жестокого обращения граждан (в том числе домашнего насилия) осуществляется:

- путем деятельности службы «Экстренная детская помощь» (за 2020 год было осуществлено 48 рейдов, посещено 149 семей, в ходе которых не выявлены случаи жестокого обращения);

- путем взаимодействия с муниципальной комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации города Мегиона (в начале 2020 года на основании постановлений МКДНиЗП организована работа с 9 семьями по причине жестокого обращения в отношении несовершеннолетних; в отношении женщин или мужчин в 2020 году не было выявлено ни одного случая жестокого обращения). Процесс работы с выявленными семьями опирался на разработанный порядок действий «Технологии социальной работы с гражданами, пострадавшими от любых форм насилия, в том числе домашнего насилия». В результате работы с положительной динамикой снято 3 семьи, в 5 семьях наблюдается стойкая положительная динамика (решены проблемы в детско-родительских взаимоотношениях, зафиксировано эмоционально стабильное состояние), 1 семья находится в процессе работы, осуществляется контроль за

внутрисемейной ситуацией. С сентября 2020 года не зафиксировано ни одного случая выявления пострадавших от насилия путем взаимодействия с муниципальной комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации города Мегиона;

- в БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения» функционирует участковая социальная служба, специалисты которой занимаются ранним выявлением социального неблагополучия (за период последних 5 лет было выявлено 13 фактов жестокого обращения в отношении женщин и детей).

Существенной проблемой выявления граждан, пострадавших от насилия, является отсутствие установленного законом порядка обмена информацией о взрослых гражданах-жертвах насилия.

На сегодняшний день учреждением разрабатывается алгоритм взаимодействия с территориальными органами, входящими в систему профилактики (УМВД России по ХМАО-Югре в г. Мегионе; БУ «Психоневрологической больницы имени Святой Преподобномученицы Елизаветы»; БУ «Мегионской городской больницей»; Управлением опеки и попечительства администрации г. Мегиона и пр.), по проблеме выявления граждан, пострадавших от различных форм насилия, в том числе домашнего насилия. В силу законодательных актов, обеспечивающих соблюдения конфиденциальности информации обратившихся граждан, у территориальных органов и организаций возникает сложность в передаче информации о выявленных пострадавших. С целью профилактики насилия в отношении граждан обеспечена разработка специалистами БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения» информационных памяток и буклетов и их распространение в рамках межведомственного взаимодействия и через социальных партнеров.

Учреждение взаимодействует не только с территориальными органами, входящими в состав учреждений системы профилактики, но и с общественными организациями: благотворительный Фонд адресной помощи «Путь Милосердия» оказывает поддержку, помощь и обеспечение жилым и бытовым помещением; региональный некоммерческий благотворительный фонд местных сообществ «МЫ ВМЕСТЕ» осуществляет помощь в обеспечении пострадавших продуктами и предметами первой необходимости и пр.

В рамках профилактики и предотвращения жестокого обращения (в том числе домашнего насилия) организована работа с 247 семьями,

состоящими в межведомственном реестре учета семей, находящихся в социально опасном положении. Проведена работа:

- с родителями по противодействию жестокому обращению с детьми, в процессе которой проведены 286 консультаций с родителями (законными представителями), направленных на повышение родительской ответственности, стабилизацию детско-родительских отношений;

- с несовершеннолетними регулярно проводятся беседы, направленные на формирование у детей адекватных представлений о правах человека и правилах поведения в опасных ситуациях, выдаются памятки и буклеты.

В 2021 году организована работа по вовлечению добровольцев (волонтеров) по оказанию экстренной помощи жертвам насилия вовремя и после коронавирусной пандемии. С начала года было проведено 2 встречи с участием 7 добровольцев, в ходе которых была презентована «Технология социальной работы с гражданами, пострадавшими от любых форм насилия», обсуждались актуальные проблемы по направлению.

За 2020 год в БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения» не зарегистрировано личных обращений граждан, подвергшихся различным видам насилия. В связи с этим на сегодняшний день остается важной проблема того, что граждане, страдающие от насилия в семье, не всегда обращаются за помощью в соответствующие структуры. Следовательно, актуальным является проведение широкой информационно-профилактической работы с общественностью и налаживание тесного взаимодействия с организациями-партнерами по данному направлению работы.

## **ТЕХНОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ ЖЕНЩИН, ПОСТРАДАВШИХ ОТ НАСИЛИЯ, ПРОФИЛАКТИКА ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ**

*Е.В. Китайкина, заведующий отделением психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ханты-Мансийский центр социальной помощи семье и детям»*

Работа с женщинами, пострадавшими от насилия, началась с открытия в Центре «Кризисного отделения помощи женщинам» с апреля 2016 года. На данный момент отделение реорганизовано, но данную категорию

получателей социальных услуг обслуживают специалисты отделения психологической помощи гражданам (служба профилактики семейного неблагополучия, «Детская экстренная помощь»).

Основой в работе с женщинами, пострадавшими от насилия, является технология «Организация эффективной помощи женщинам, находящимся в кризисной ситуации».

Цель данной технологии: повышение качества и эффективности социальных услуг, направленных на оказание помощи женщинам, находящимся в кризисной ситуации.

Задачи технологии:

1. Создание условий для восстановления психофизического состояния женщины и её социального статуса путем отработки межведомственного взаимодействия специалистов учреждений и организаций социального обслуживания населения и специалистов других ведомств.

2. Мониторинг качества предоставления социальных услуг женщинам по выходу из кризисной ситуации.

Основными принципами в работе специалистов с женщинами, находящимися в кризисной ситуации, являются:

➤ Принцип добровольности получателя социальных услуг, т.е. женщина самостоятельно должна принять решение об обращении за помощью к специалистам;

➤ Принцип взаимного доверия и уважения объекта и субъекта социальной работы (женщина, оказавшаяся в кризисной ситуации, должна доверять специалисту, который оказывает ей социальную помощь. Это требование диктуется специфическим характером проблем);

➤ Принцип безоценочности (подразумевает полное принятие рассказа женщины без оценки и критики её поступков и действий);

➤ Принцип просветительской деятельности (население должно иметь достоверную информацию о тех видах услуг, какие оно может получить во всех учреждениях и организациях социальной сферы);

➤ Принцип комплексного анализа кризисной ситуации (В связи с отсутствием у многих женщин, находящихся в кризисной ситуации, знания характеристик возникших проблем, специалист должен подвергнуть комплексному анализу всю информацию, полученную от женщины);

➤ Принцип самостоятельного решения проблем (должен стать основным методом социальной работы с получателем социальных услуг: женщине не следует навязывать определенный сценарий действий, а



необходимо предлагать ей разные варианты и возможности выхода из кризисной ситуации. Выбор и решение остается за женщиной);

- Принцип профессиональной ответственности (за содержание и объем оказываемой социальной помощи, отвечающей интересам женщины);

- Принцип безопасности получателя социальных услуг (любая кризисная ситуация представляет определенную угрозу жизни и здоровью женщины, поэтому она должна самостоятельно принять решение об обращении за помощью к специалисту)

Социальная помощь женщине, находящейся в кризисной ситуации, проходит 3 уровня:

#### **I – Экстренная помощь:**

- социально-медицинская (оказание первичной доврачебной медицинской помощи, вызов службы «03»);

- первичная социально-психологическая (снятие эмоционального напряжения, определение видов необходимой социальной помощи);

- социально-правовая (выезд сотрудников полиции и службы экстренного реагирования на место происшествия);

- информационная помощь (консультирование).

#### **II – Социальная помощь организаций и учреждений социального обслуживания населения:**

- Социально-психологическая помощь (психологическая реабилитация, психологический патронаж);

- Социально-бытовая помощь (предоставление проживания в убежище с предоставлением горячего питания);

- Социально-правовая помощь (представление интересов получателя социальных услуг в суде, прокуратуре по защите его прав и интересов, консультирование по правовым вопросам, юридическая помощь в оформлении документов и др.);

- Социально-экономическая помощь (меры социальной поддержки, все виды материальной помощи и др. социальные выплаты).

#### **III - Оказание социальной помощи специалистами других ведомств и организаций**

- Помощь общественных Организаций, КДН, органов опеки и попечительства;

- Медицинская помощь (судебная медицинская экспертиза, стационарная и амбулаторная помощь специалистов медицинских учреждений);

➤ Помощь органов образования (дошкольные, средние, средне-специальные и высшие муниципальные образовательные учреждения);

➤ Юридическая помощь (суд, прокуратура, участковая служба Отдела внутренних дел, Отдел по делам несовершеннолетних и др.)

Использование в работе технологии ««Организация эффективной помощи женщинам, находящимся в кризисной ситуации» привлекает специалистов других ведомств и организаций.

Это такие Учреждения как: Управления социальной защиты населения (направление ходатайств, запросов на единовременную адресную помощь, материальную помощь, вопросы жилья), общественные организации (запросы о предоставлении натуральной помощи в виде предметов первой необходимости, организация досуга (детей или семьи), медицинские учреждения (направления на приемы, медицинское обследование, диагностику, сопровождение при необходимости на судебно-медицинскую экспертизу), учреждения, занимающиеся вопросами трудоустройства (направление запросов, ходатайств, сопровождение по вопросам трудоустройства), Образовательные учреждения (совместные патронажи, педагогическая реабилитация несовершеннолетних), правоохранительные органы (защита прав и личных интересов получателя социальных услуг, помощь в подготовке необходимых юридических документов (справок, запросов, заявлений и др., помощь в подготовке документов на установление гражданства, оформление паспорта, юридическое консультирование)

Взаимодействие специалиста по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам БУ ХМАО – Югры «Ханты-Мансийский центр социальной помощи семье и детям» со специалистами других ведомств и организаций происходит на основе заключенных договоров, соглашений, постановлений, утвержденных и согласованных порядков. На схеме межведомственного взаимодействия представлены учреждения и организации г. Ханты-Мансийска, Ханты-Мансийского района и Ханты-Мансийского автономного округа – Югры. Это: Управление опеки и попечительства Администрации г. Ханты-Мансийска, Отдел опеки и попечительства Администрации Ханты-Мансийского района, Региональные общественные организации ХМАО – Югры («Путь к себе», «Родительский комитет Югры» и др.), Управление социальной защиты населения по г. Ханты-Мансийску и Ханты-Мансийскому району, БУ ХМАО – Югры «Окружная клиническая больница», МО МВД России «Ханты-Мансийский», Совет по делам национально-культурных объединений и религиозных организаций г. Ханты-Мансийска, БУ ХМАО – Югры «Окружная

психоневрологическая больница», Негосударственные коммерческие организации, услуги ИП,

МБУ «Молодежный центр», КУ ХМАО – Югры «Ханты-Мансийский центр занятости населения», Департамент образования Администрации г. Ханты-Мансийска, комитет по образованию Ханты-Мансийского района, Местная православная религиозная организация Ханты-Мансийской Епархии в честь иконы Божией Матери «Знамение», рабочие группа при комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав в г. Ханты-Мансийске, Ханты-Мансийском районе.

### **Профилактика домашнего насилия**

Целью работы отделения психологической помощи гражданам БУ ХМАО – Югры «Ханты-Мансийский центр социальной помощи» является оказание социальной, психологической помощи семьям с детьми, в том числе, находящимся в социально опасном положении, нуждающимся в социальном обслуживании, содействие в улучшении их социального и материального положения, помощи в кризисной ситуации и в ее разрешении.

В своей работе по профилактике домашнего насилия специалисты отделения психологической помощи гражданам БУ ХМАО – Югры Ханты-Мансийский центр социальной помощи семье и детям» используют элементы технологий: «Помогающего вмешательства», «Работа со случаем», «Интенсивная семейная терапия», технологию «Семейный психолог». А также используются формы работы: медиативные встречи-тренинги, направленные на примирение членов семей, решение вопросов, касающихся бракоразводного процесса, сетевые встречи, участие в которых принимают привлеченные специалисты других ведомств. \

Большая роль в оказании помощи семьям с детьми и женщинам отводится взаимодействию с негосударственными коммерческими, общественными организациями и объединениями, помогающему выработать общие подходы к решению проблем получателей социальных услуг: осуществлять помощь в решении жилищных проблем (предоставление временного убежища), оформление необходимых документов, а также дальнейшего самообеспечения, самореализации в решении трудной жизненной ситуации.

В рамках социального партнерства организовано сотрудничество и взаимодействие с региональной благотворительной общественной организацией социальной адаптации граждан «Путь к себе» Ханты-Мансийского автономного округа – Югры. Совместная работа с данной организацией предполагает оказание всесторонней своевременной помощи

семьям с детьми, находящимся в социально опасном положении или трудной жизненной ситуации, женщинам, находящимся в кризисной ситуации. Работа осуществляется посредством проведения совместных социально-психологических патронажей семей, проведении индивидуальных консультаций и профилактических бесед, направленных на изменение системы духовно-нравственных ценностей, организации условий для социальной реабилитации ресоциализации граждан, имеющих различные формы зависимого поведения. Руководителем данной организации является индивидуальный предприниматель Лажинцев Демид Николаевич, который принимает участие в реализации запланированных программных реабилитационных, профилактических мероприятиях, направленных на устранение причин и условий, способствующих социально опасному положению семей, а также предоставляет социально-бытовые, социально-правовые, социально-медицинские, социально-педагогические услуги женщинам, находящимся в кризисной ситуации.

В рамках заключенных соглашений с региональными общественными организациями «Родительский комитет Югры», «Родительский дом Югры», «Югорские семьи» специалисты отделения психологической помощи гражданам во исполнение постановлений Муниципальной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав в г. Ханты-Мансийске, обращались к руководителям данных организаций по наставничеству семей, направленного на устранение причин и условий, способствующих социально опасному положению семей.

В целях удовлетворения духовных и иных нематериальных потребностей получателей социальных услуг, в том числе женщин, находящихся в кризисной ситуации, организовываются совместные рейды с участием Местной православной религиозной организацией Ханты-Мансийской Епархии храм в честь иконы Божией Матери «Знамение» в лице председателя отдела социального служения и благотворительности, настоятеля храма – Барткова Леонида Леонидовича. В ходе рейдов проведены индивидуальные беседы с членами семей, имеющих различные формы зависимого поведения, направленные на изменение системы духовно-нравственных ценностей семьи, устоев и традиций, об укреплении детско-родительских отношений.

Специалисты по работе с семьей в рамках оказания помощи женщинам, находящимся в кризисной ситуации, обращаются за помощью к руководителям городских общественных организаций «Ханты-Мансийский национально-культурный центр «Дагестан», «Азербайджанская община

«Бирилик» по решению вопросов предоставления жилья, в урегулировании конфликтных отношений с членами их семей.

Ещё одной из форм работы по профилактике домашнего насилия является участие заведующего отделением психологической помощи гражданам в составе комиссии по предоставляемой помощи женщинам, находящимся в состоянии репродуктивного выбора, созданной на базе женской консультации БУ ХМАО – Югры «Окружная клиническая больница». В совокупности деятельность данной комиссии направлена на: профилактику искусственного прерывания беременности, консультирование женщин, находящихся в трудной жизненной или кризисной ситуации, по вопросам оказания социальной, психологической и иной помощи.

При Муниципальной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав в г. Ханты-Мансийске создана «Рабочая группа» (в состав входит заведующий отделением) деятельность, которой направлена на профилактику безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних и в отношении них, на заседаниях рассматриваются вопросы по профилактике домашнего насилия.

## **ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ЛИЦАМИ, ПОДВЕРГШИМИСЯ ЛЮБЫМ ФОРМАМ НАСИЛИЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ ДОМАШНЕГО, НА ТЕРРИТОРИИ СУРГУТСКОГО РАЙОНА**

*Е.С. Миронова, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»;*

*М.Л. Пермякова, заведующий отделением социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»*

Согласно исследованиям, каждая третья – четвертая российская женщина страдает от физического и психологического насилия. При этом известно, что большинство жертв насилия не обращаются в правоохранительные органы (из-за недоверия, чувства страха за дальнейшую жизнь).

Сегодня женщины все чаще сталкиваются с такими кризисными ситуациями, выход из которых требует помощи компетентных специалистов: психологов, педагогов, юристов. Специалистов по социальной работе, способных не только разобраться в этих ситуациях, выявить причины их возникновения и возможные последствия, но и подобрать наиболее рациональный путь выхода из кризиса.

Долг всего общества – сформировать атмосферу нетерпимости к проявлениям жестокого обращения в семьях, выявлять и пресекать подобные случаи. Одним из учреждений в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре, занимающимся решением проблемы семейного неблагополучия, жестокого обращения и насилия в семье, является бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям».

Задача нашего Центра – минимизировать количество семей, в которых женщины и дети подвергаются насилию, путем пропаганды семейных ценностей, профилактики насилия в семье и оказания реальной помощи женщинам с детьми.

С целью оказания комплексной специализированной помощи женщинам, находящимся в кризисном состоянии, подвергшимся любым формам насилия, в бюджетном учреждении Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям».

С 01 марта 2015 года функционирует кризисное отделение помощи гражданам.

В наше отделение чаще обращаются женщины, подвергшиеся насилию со стороны мужей, сожителей, дочерей, сыновей, внуков.

Социальную помощь женщинам, пострадавшим от домашнего насилия, осуществляют специалисты по социальной работе, психологи, юрисконсульт и специалисты учреждений, привлекаемые к данному виду деятельности в рамках межведомственного взаимодействия. В отделение за помощью может обратиться женщина независимо от возраста, вероисповедания, национальности, самостоятельно или по направлению, подвергшаяся насилию и заявившая об угрозе жизни и здоровью.

Условия проживания женщин и детей в отделении максимально приближены к домашним. Для проживания женщин оборудованы жилые комнаты на 10 койко-мест, бытовые помещения (кухня, ванные комнаты), имеется комната матери и ребенка, кабинет психологической разгрузки.

Опираясь на принцип комплексности, специалистами отделения разрабатывается индивидуальная программа комплексной реабилитации, обеспечивающая эффективный механизм взаимодействия организаций социального обслуживания, правоохранительных органов, общественных организаций в решении проблем семейного неблагополучия. В зависимости от конкретной ситуации женщины индивидуальные программы реабилитации включают в себя:

- Индивидуальное и семейное консультирование;
- Работу с обидчиком;
- Содействие в медицинской помощи пострадавшим;
- Помощь в трудоустройстве и поиске жилья;
- Сопровождение и представление интересов пострадавшей в суде;
- Оказание материальной помощи;
- Взаимодействие с учреждениями по оказанию помощи и поддержки семье, оказавшейся в экстремальной жизненной ситуации.

В основном, женщины, обратившиеся в кризисное отделение, нуждаются в психологической помощи, индивидуальной и групповой психотерапии, правовой помощи и информации.

Для работы с пострадавшей от насилия женщиной, с ее согласия, в отделение приглашается участковый уполномоченный, который проводит опрос пострадавшей, при необходимости направляет её на судебно-медицинскую экспертизу и решает вопрос о дальнейшем сборе документов для привлечения к уголовной ответственности лица виновного в насилии.

Зачастую после социально-правовой консультации женщина начинает понимать, что у нее есть неотъемлемые права, гарантированные Конституцией и Семейным кодексом РФ. Осознание того, что насилие является нарушением её конституционных прав и уголовно наказуемым преступлением дает пострадавшей уверенность в принятии решений. После чего организуется психокоррекционная работа, которая включает в себя три основных направления:

1. *Выявление проблемы.* Задача психолога – помощь в прояснении центральной проблемы кризиса. Важно выяснить все обстоятельства конфликта, а также роль значимых людей в его развитии, поскольку они могут помогать либо являться причиной конфликта;

2. *Выяснение действий женщины, пережившей насилие.* Важно узнать, что *уже делалось* для разрешения конфликта и какую помощь необходимо оказать с целью восстановления контроля над событиями и помощи в выходе из конфликта;

### 3. *Помощь в поиске путей выхода из конфликта.*

Необходимо начинать с небольшой цели, главное, чтобы она была реальной, достижимой. На первых порах очень важно просто изменить эмоциональное состояние женщины, повысить активность или, наоборот, успокоить ее. В дальнейшем необходимо помочь женщине в осознании своих собственных возможностей в преодолении конфликта. В итоге вмешательства пострадавшая должна осознать, что она самостоятельно способна решить свои проблемы, а не получить готовые «рецепты» поведения от специалистов; только в этом случае психотерапевтическая помощь не будет ограничена выведением клиента из данного конфликта, а усилит адаптационные возможности личности, послужит профилактике кризисных состояний в будущем.

Достижение положительного результата в реализации комплексной программы реабилитации пострадавшей, желающей сохранить семейные отношения, невозможно без организации работы с другими участниками конфликта. Данная работа проводится только с согласия обеих сторон конфликта. Основным методом работы в таких ситуациях является применение примирительной практики – «Медиации». Медиация – это переговоры, которые помогает вести независимый посредник (медиатор). У конфликтующих сторон много взаимных обид, много негативных эмоций. Они мешают думать рационально, обсуждать собственные интересы и учитывать интересы другой стороны. Медиатор не становится ни на чью сторону, он не судит, кто прав, кто виноват. Ведя беседу, он помогает сторонам рационально подойти к решению возникшего конфликта, на основе учета интересов каждой из сторон.

В случае невозможности сохранения семьи в виду отказа одной из сторон или обеих, специалистами кризисного отделения организуется работа по выходу женщины на самообеспечение. Такая помощь включает в себя работу по оказанию помощи в оформлении необходимых документов, трудоустройства (при необходимости), привлечении спонсорских средств для обеспечения нужд (билеты, съем жилья, предметы первой необходимости и др.).

За период с 2018 – 2020 годы в кризисном отделении было обслужено более 200 женщин из них: 2018 – 13, 2019 – 15, 2020 – 21, которые обратились за помощью в связи с наличием внутрисемейного конфликта в семье. Наблюдается увеличение количества обратившихся с данной проблемой женщин. Но по результатам опроса увеличению числа обращений способствовало налаженное межведомственное взаимодействие и



информированность населения. После того, как женщины выбывает из отделения, с ней поддерживается связь в течение 3- месяцев. В качестве результатов проведенной работы можно отметить следующее: повторного помещения женщин в отделение не было зафиксировано (три женщины продолжают посещать психолога в рамках работы Клуба «Веточка мелиссы»), 20% женщины приняли решение не сохранять отношения, оформили развод, 10% поменяли место жительства, семейный конфликт остальных – закончился примирением сторон и семьи вышли на новый уровень отношений.

Насилие по характеру действий не зависит от места и может относиться к любой категории: семейное, школьное (буллинг), социально-бытовое насилие.

Реакции людей, пострадавших от любого вида насилия индивидуальны, но наиболее часто встречаются:

- страх;
- отрицание;
- потрясение от ощущения безвыходности ситуации или непринятия альтернативных вариантов решения;
- чувство вины и беспомощности;
- гнев;
- недоверие;
- противоречивость;
- депрессивные и суицидальные наклонности.

Исходя из испытываемых человеком, подвергшимся насилию, реакций, специалистами осуществляется отбор инструментария, средств и способов достижения желаемого результата. После чего происходит выстраивание индивидуальной траектории работы с человеком.

Комплексная специализированная профилактическая работа по недопущению фактов проявлений любых форм насилия в отношении другого лица направлена на повышение самооценки, мобилизацию внутренних сил для выхода из кризисной ситуации и формирование навыков конструктивного решения конфликтных ситуаций во взаимоотношениях с окружающими.

В целях организации работы на более высоком качественном уровне, связанной с любыми категориями и формами проявления насилия специалистами учреждения, разрабатываются и реализуются современные программы, проекты, технологии, направленные на выявление и стабилизацию внутрисемейных, межличностных отношений.

В частности, в целях профилактики и коррекции девиантного поведения у несовершеннолетних на протяжении 2020 года сотрудниками БУ ХМАО-Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям» реализовывалась программа «Выбор», направленная на предупреждение роста числа девиаций в молодежной среде и проведение коррекционных занятий с несовершеннолетними, родителями и педагогами. Данная программа включает в себя, в том числе, такие направления, как: профилактика жестокого обращения с несовершеннолетними; профилактика и предотвращение радикализации в подростковой среде и проводится в рамках заключенных соглашений с образовательными организациями.

В 2019-2020 гг. фактов буллинга (травли) в Сургутском районе не установлено.

Тем не менее, помощь несовершеннолетним, подвергшимся буллингу (травле), в том числе кибербуллингу, при установлении фактов будет оказана специалистами отделения психологической помощи гражданам и отделения социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи. В состав отделений входят психологи и специалисты по работе с семьей. При организации психолого-педагогической работы с участниками буллинга предполагается разработка плана мероприятий, который будет включать мероприятия с несовершеннолетними, родителями и социальным окружением, направленные на коррекцию поведения, детско-родительских взаимоотношений, развитие коммуникативных навыков, формирование позитивной модели поведения и предупреждения постстрессовых последствий буллинга.

На первых этапах с лицами, подвергшимися насилию, предпочтительнее использование индивидуальных форм работы, позволяющих снять остроту переживаемых ощущений и рассматривать произошедшее как отклонение, а не норму и не естественное состояние человека.

Следующим шагом предполагается вовлечение лиц, подвергшихся насилию в групповые формы организации, позволяющие создать возможность упрочить веру в имеющиеся личностные ресурсы, снижения тревоги и воссоздания атмосферы доверия и открытости в результате взаимодействия с другими участниками.

Реализуемые в Учреждении технологии «Вместе мы сильнее» и «Трудный возраст» направлены на предупреждение совершения преступлений и развитие у несовершеннолетних устойчивого негативного отношения ко всем формам аддиктивного поведения. В работе психологами

применяется программа профилактики рискованного поведения «Ладья» (Сирота Н.А., Воробьева Т.В.).

Технологии «Семейный психолог», «Интенсивная семейная терапия», направлены на раннее выявление причин неблагополучия в семье и своевременное оказание помощи на стадии возникновения проблемы в семье.

Программа профилактики рискованного поведения «Ладья», (Сирота Н.А., Воробьева Т.В.), направлена на первичную профилактику ВИЧ/СПИДа среди подростков посредством формирования системы духовно-нравственных ориентиров

Выявлению неблагополучия способствует работа выездной службы «Экстренная детская помощь». Работа организована планомерно еженедельно по пятницам, в том числе и в праздничные дни с 18.00 до 23.00 и экстренно по мере поступления информации, сообщений от граждан или органов системы профилактики.

С целью профилактики семейного неблагополучия, жестокого обращения и насилия в семье родителям (законным представителям) оказывается психологическая помощь, проводится анализ причин семейного неблагополучия, предоставляются срочные социальные услуги и социальные услуги в соответствии с индивидуальными программами реабилитации семьи.

Для родителей (законных представителей) проводятся профилактические мероприятия в индивидуальных и групповых формах работы: «Насилие в семье, возможные последствия», «Сегодня дети – завтра взрослые», мини-тренинг «Тропинка родительской любви», беседа «Я ответственный родитель», «Я и мой ребенок – поиск взаимопонимания», «Как мы воспитываем своих детей», «Познай свое родительское «Я», «Социальные роли в семье», «Внимание, конфликт» и другие.

Семьи обеспечиваются буклетами, памятками с рекомендациями специалистов, такими как: «Памятка семьям, находящимся в кризисной ситуации», «Психологический климат в семье», «Дети в опасности», «Если с тобой случилась беда и тебе нужна помощь помни, что ты не одинок!», «Знай к кому и куда тебе можно обратиться», «Кризисное отделение помощи женщинам», «Права женщин», «Мифы и факты насилия в семье», «Как распознать потенциального обидчика» и другие.

Для проведения профилактических мероприятий в рамках реализации технологий психологами и специалистами Учреждения задействованы сенсорная комната и комната песочной терапии.

При разрешении детско-родительских, внутрисемейных конфликтов применяется социально-психологическая технология «Медиация». Внедрение медиации позволяет минимизировать конфликтность, приобщить к мирному ведению переговоров и гуманным способам разрешения конфликта между участниками конфликтной ситуации.

Таким образом, мероприятия, проводимые специалистами в целях профилактики любых форм проявлений насилия, направлены на формирование устойчивой установки, как у взрослых, так и несовершеннолетних о недопустимости насилия в отношении другого лица в любом его виде и форме и недопущения попадания людей в подобные ситуации.

Опыт работы Центра показывает эффективность параллельного применения практических технологий и предоставления дистанционного консультирования, позволяющих в совокупности оперативно реагировать на любые проявления неблагополучия.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ В СЕМЬЕ**

*А.Ш. Абдулова, психолог отделения психологической помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»*

В семьях, к сожалению, часто возникают проблемы, которые невозможно решить без вмешательства суда или полиции. Это не только разводы и проблемы с алиментами, но и случаи физического и психологического насилия в семье.

Насилие делится на три типа:

- физическое. Чаще всего встречается со стороны отца семейства – он может причинять телесные повреждения жене и детям. Бывают вспышки агрессии и со стороны матери или уже взрослых детей;

- сексуальное насилие – любые принудительные действия сексуального характера;

- психологическое насилие – моральное давление на родственников. Как раз этот, третий тип, будет рассмотрен более подробно в данном докладе.

Психологическое (моральное) насилие приводит к серьёзным эмоциональным травмам и психическим расстройствам – к депрессии,

суицидальным мыслям, тревожности, паническим атакам, стрессу и так далее. Обычно такой вид насилия характерен личностям, которые желают самоутвердиться за счёт других, им приносит удовольствие процесс унижения более слабых людей. Также часто такие люди страдают психическими заболеваниями – например, расстройством личности, шизофренией, паранойей и так далее.

Психологическое насилие включает в себя: постоянную критику, попытки унижить или осмеять человека, запугивания, шантаж, ограничение свободы, изоляции от общения с окружающим миром. В основном такой тип насилия делится на три основные категории:

1. Агрессия – несправедливые высказывания, произнесённые с целью оскорбить человека, вызвать ответную реакцию или обиду.

2. Доминирование – злоупотребление определённой властью: к примеру, наложение ограничений на общение с другими людьми – друзьями, родственниками.

3. Ревность – к примеру, обвинение или подозрение супруга в измене, слежка за ним. Этот тип часто актуален как психологическое насилие в семье над женщиной, что дополняется также физическим воздействием.

Два первых типа насилия гораздо легче доказать и наказать виновника, а третье достаточно расплывчатое – наказание обидчик может получить в случае, если его действия подтверждает видимый результат. Также единичного проявления недостаточно – чтобы назвать действия человека психологическим насилием, необходимо, чтобы они были регулярными, а не в единичном случае (хотя для первых двух типов достаточно и одного раза).

Какие могут быть причины психологического насилия в семье?

- Алкоголизм, наркомания, психические расстройства, ревность.
- Агрессор вырос в подобной обстановке и не умеет вести себя по-другому.
- Человек вымещает злость или обиду на беззащитных родственниках.

Итак, тем, кто является жертвами психологического насилия, не так легко доказать вину своего обидчика, ведь «следы» от такого обращения незаметны на первый взгляд.

Как доказать факт психологического издевательства?

Есть несколько вариантов, которые помогут аргументировать жалобу. Вот некоторые из них:

1. Заключение врача. Психолог может определить, что у членов семьи появились определённые психологические проблемы – страхи, обиды, низкая самооценка и так далее – и всё это как следствие плохого обращения со стороны родственника. Особенно такой способ актуален для детей. Так школьный психолог может сразу определить есть ли психологическое насилие детей в семье или все хорошо.

2. Зафиксированный момент насилия. Можно записать на аудиозапись систематические агрессивные нападки супруга/родителя. Самый лучший вариант – если будет доказательство в видео формате – оно будет более конкретным.

3. Свидетели. Если ваши соседи, друзья, знакомые не раз становились свидетелями сцен психологического насилия – они смогут помочь вам привлечь обидчика к ответственности.

4. Иногда агрессоры сами признаются в том, что эмоционально угнетают своих близких. Обычно такое случается, когда человек болен, осознаёт свою вину и пытается исправиться.

Итак, если вы собрали хоть немного доказательств, самое время обращаться в полицию, чтобы получить защиту от психологического насилия. Для этого нужно заполнить заявление, в котором следует указать информацию о себе и об агрессоре, описать ситуацию и приложить доказательства. После регистрации заявления ваше дело будет рассмотрено, и обидчика привлекут к ответственности.

Также жертвы психологического насилия имеют право подать иск в суд на возмещение морального ущерба. Исковое заявление можно подать самостоятельно, а можно обратиться за помощью к юристу. Однако важно знать, что такие дела редко доходят до суда, поэтому судебной практики в этой области было не так много.

За психологическое насилие можно понести наказание типа:

1. УК РФ ст. 119 – угрозы.

- до 480 часов обязательных работ;
- до 2 лет принудительных работ;
- до 6 месяцев ареста;
- до 2 лет ограничения свободы;
- до 2 лет лишения свободы.

2. УК РФ ст. 130 – оскорбление.

- штраф до 40 000 или в размере зарплаты за три месяца;
- обязательные работы – до 120 часов;
- принудительные работы - до 6 месяцев;

- ограничение свободы – до года.

3. УК РФ ст. 128 – клевета.

- штраф до 500 000 рублей или в размере зарплаты за 6 месяцев;

- обязательные работы – до 160 часов.

4. УК РФ ст. 110 – доведение до самоубийства.

- принудительные работы – до 5 лет;

- лишение права занимать определённые должности – до 10 лет;

- лишение свободы – до 15 лет.

Несмотря на распространённость домашнего психологического насилия, защитить себя возможно. Если вы сталкиваетесь с психологическим насилием в семье, не стоит терпеть – обращайтесь в правоохранительные органы уже сейчас, пока вам и остальным членам семьи не нанесены серьёзные эмоциональные травмы.

После того, как вы соберёте доказательства и подадите заявление, к обидчику может быть применена одна из статей уголовного кодекса Российской Федерации, в результате чего он понесёт заслуженное наказание.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ЖЕНЩИНАМ ПРИ СОЦИАЛЬНОМ НЕБЛАГОПОЛУЧИИ В БУ «СУРГУТСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ**

*Л.А. Гладких, психолог кризисного отделения помощи гражданам бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения»*

Насилие в семье - одна из наиболее распространенных и травмирующих трудных жизненных ситуаций. Чаще всего жертвой домашнего насилия становится женщина.

У пострадавшей зачастую нет ни материальных ресурсов, ни поддержки, так как долгое время она находилась в эмоциональной изоляции с чувством безысходности и неуверенности в своих силах, отсутствием контроля над своей жизнью и страхом за себя и детей. Ей надо много смелости, чтобы уйти от обидчика и начать новую жизнь.

## Статистические данные за 2017-2020 гг.

Таблица 1

<b>Причина обращения</b>	<b>2017 год чел./% от общего числа обратившихся</b>	<b>2018 год чел./% от общего числа обратившихся</b>	<b>2019 год чел./% от общего числа обратившихся</b>	<b>2020 год чел./% от общего числа обратившихся</b>
Отсутствие определённого места жительства (остались без крова по причине ухода из семьи)	14 чел. / 20%	22 чел. / 39%	24 чел. / 41%	11 чел. / 26%
Наличие внутрисемейного конфликта, в том числе домашнее насилие	36 чел. / 52%	20 чел. / 36%	31 чел. / 53%	24 чел. / 56%
Отсутствие работы и средств к существованию	19 чел. / 28%	8 чел. / 14%	3 чел. / 6%	4 чел. / 9%
<b>ВСЕГО человек</b>	<b>72</b>	<b>56</b>	<b>58</b>	<b>39</b>

При подробном рассмотрении и анализе каждой трудной жизненной ситуации становится очевидным, что трудная жизненная ситуация – это не одна проблема, а цепочка неразрешённых жизненных вопросов, тесно переплетающихся между собой. Домашнее насилие является одной из составных ее частей.

Проблема насилия в семье носит комплексный характер, и решать ее нужно при поддержке специалистов различных организаций и профилей. Пострадавшие от насилия нуждаются в специализированных услугах и комплексном подходе в зависимости от характера, пережитого ими насилия.

Комплексный центр социального обслуживания населения с кризисным отделением помощи гражданам, в том числе для женщин – жертв домашнего насилия, является одной из эффективных моделей оказания помощи пострадавшим. Подобная структура учреждения, при поддержке социальных партнеров, позволяет обеспечить квалифицированную помощь таким женщинам.

В Учреждении разработаны внутренние правила безопасности, которые включают в себя также алгоритм действий в случае чрезвычайных ситуаций.

Наличие специалистов различных областей облегчает реабилитационный путь ЖЖДН (женщины жертвы домашнего насилия), способствует возникновению доверия, получению необходимых результатов.



Сотрудники Учреждения работают над повышением самостоятельности и активности действия самой пострадавшей, в то же самое время полностью принимают каждое ее решение.

Конечно, оказание профилактической помощи семье лучше защищает права женщины и интересы ее детей, чем меры административной или уголовной ответственности по отношению к обидчику на поздней или хронической стадии кризиса.

В кризисное отделение чаще обращаются женщины как раз в стадии активного насилия, и крайне редко в стадии нарастающего напряжения. Решение проблемы домашнего насилия зависит во многом от своевременности оказываемой помощи и от особенностей работы с пострадавшими.

Основная деятельность Отделения заключается в оказании реабилитационной помощи ЖЖДН в разрешении актуальных психологических, бытовых, медицинских, правовых, социальных вопросов.

На основе первичной оценки ситуации, диагностики ТЖС ставятся реабилитационные задачи, и определяется, в каких услугах нуждается женщина и члены ее семьи.

В реабилитационных мероприятиях преобладает психотерапевтический, а не диагностический подход и ориентация на практическую помощь.

Как мы уже отмечали, на когнитивном уровне у ЖЖДН в ходе консультирования часто выявляются представления о своей беспомощности и о бесперспективности жизни, наблюдаются трудности в оценке своих внутренних и внешних ресурсов, искаженное представление о причинах и последствиях происходящего, способах и путях преодоления сложившейся ситуации. Все эти проявления зачастую сопровождаются неадекватными поведенческими реакциями. Первое, что нужно таким женщинам — принятие и поддержка.

В связи с этим, необходимое условие оказания помощи пострадавшей - создание атмосферы доверия и уважения, равный доступ к помощи без ограничений по социальным и другим критериям.

Необходимо особо отметить, что особенность реабилитационной работы с ЖЖДН в условиях полустационара должна быть четко структурирована. Реабилитация женщин, переживших насилие, всегда происходит в отсутствие насильника (это важно).

## **План по реабилитации граждан, попавших в ТЖС, в том числе ЖЖДН**

Общие принципы работы с ЖЖДН включают в себя несколько следующих разделов:

1. План обеспечения личной безопасности пострадавшей (комплекс мероприятий, направленных на обеспечение безопасности, предоставление убежища).

2. План социально-психологической реабилитации (комплекс реабилитационных мероприятий по отношению к женщине, направленных на восполнение личностных дефицитов, возникших в результате сложившейся ситуации, на восстановление позитивных социальных связей и ее социального статуса).

3. План по нормализации условий жизнедеятельности и повышения степени самостоятельного удовлетворения основных жизненных потребностей, осуществляемый междисциплинарной командой специалистов, объединенных единой реабилитационной целью оказания помощи в преодолении трудной жизненной ситуации.

Поскольку проживание в Отделении ограничено по времени (60 дней), в своей работе мы используем технологию краткосрочного кризисного консультирования, которая направлена на оказание экстренной социальной и психологической помощи в преодолении острой кризисной ситуации.

### **Краткосрочное кризисное консультирование включает в себя:**

1. Первичное консультирование (первичная оценка ситуации, эмоционального состояния, оценка степени риска ситуации домашнего насилия - методика К.Барбер).

2. Разработка индивидуального плана безопасности по предотвращению дальнейших актов насилия, снижению риска для жизни и здоровья (совместно с пострадавшей).

3. Информирование (по правилам проживания в отделении, о порядке и сроках получения помощи).

4. Разработка индивидуальной программы социально-психологической реабилитации, которая включает в себя: эмоциональное отреагирование пережитых травм; изменение когнитивных искажений в отношении себя и своей жизни, изменение паттернов неадаптивного поведения; налаживание семейных, социальных связей.

5. Помощь в нахождении эффективных подходов для преодоления актуальной проблемы (правовая помощь, трудоустройство, решение жилищных вопросов и пр.).

Краткосрочное кризисное консультирование предполагает ограничение количества консультаций (до 10). В случае необходимости семье может быть рекомендовано более длительное консультирование или психотерапия.

Кризисное консультирование может проводиться в форме индивидуальной работы, в форме семейного консультирования.

Предоставление такого комплекса услуг обеспечивает необходимую оперативность реагирования.

За семилетний период работы кризисного отделения помощи гражданам на базе Сургутского комплексного центра социального обслуживания населения на временном проживании в отделении находилось 371 женщина со 224 несовершеннолетними детьми, а всего за этот период времени в кризисное отделение за помощью обратилось 676 женщин.

Следует отметить, что немаловажным аспектом работы кризисного отделения является профилактика повторных возникновений трудной жизненной ситуации. В этой связи сотрудники отделения продолжают поддерживать контакты с женщинами, прошедшими социальную реабилитацию в отделении, при необходимости оказывают им консультативную помощь и психологическую поддержку.

#### **Показатели оценки эффективности**

1. Доля граждан, преодолевших острую кризисную ситуацию, составляет 86%.
2. Доля граждан, наладивших семейные отношения, составляет 75%
3. Предотвращение или минимизация риска домашнего насилия 95%
4. Число повторных обращений составляет 2,5% от общего числа обслуженных женщин.

Основная цель нашей работы - создание условий для повышения защищённости женщин и детей в семьях с домашним насилием через улучшение качества обслуживания пострадавших и эффективности сотрудничества социальных партнеров.

Мы полагаем, что только с помощью сотрудничества, составляющего основу комплексного подхода, социальной активности населения и внедрения современных эффективных методов работы возможно изменить ситуацию в лучшую сторону и значительно снизить уровень насилия в семье.

## МЕТОДЫ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ, ПОДВЕРГШИМИСЯ ЖЕСТОКОМУ ОБРАЩЕНИЮ (ОПИСАНИЕ СЛУЧАЯ ИЗ ПРАКТИКИ)

*С.Е. Мальмина, психолог отделения для несовершеннолетних (в том числе «Социальный приют») бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Нефтеюганский комплексный центр социального обслуживания населения»*

В данной статье мы хотели бы поделиться опытом применения арт-терапевтических методов в психокоррекционной работе с детьми, подвергшимися жестокому обращению или домашнему насилию.

Почему мы выбрали эту технологию работы с детьми указанной целевой группы?

Во-первых, это связано с невербальным характером экспрессии во время сеансов арт-терапии, что позволяет отреагировать весьма сложные чувства, в том числе деструктивные и самодеструктивные тенденции. При этом, благодаря использованию различных материалов и образов, ребенок может выразить подобные переживания, не причиняя себе и окружающим вреда;



Во-вторых, изобразительная деятельность сама по себе может являться мощным терапевтическим фактором. Она допускает самые разные способы обращения с художественными материалами. Одни из них позволяют снимать эмоциональное напряжение. Другие — отреагировать травматичный опыт и достичь над ним контроля. Перенос чувств клиента на изобразительные материалы и образы также делает арт-терапевтический процесс более психологически и физически безопасным. Арт-терапия – это экологичный, бережный способ в работе с любыми возрастными и социальными категориями клиентов.

В-третьих, очень ценным при работе с детьми является то, что в своих отношениях со специалистом ребенок может установить оптимальную для себя дистанцию, поскольку художественные материалы и образы являются своеобразными посредниками в его транзакциях со специалистом.

Использование вербальных средств коммуникации делало бы травмированного ребенка слишком уязвимым.

В-четвертых, большое значение имеют защитные, контейнирующие свойства изобразительных материалов и объектов и символических образов, способствующие «удержанию» сложных переживаний и их последующей трансформации в положительные. Дети интуитивно находят такие способы взаимодействия с материалами, которые в наибольшей мере этому способствуют.

Доверие пережившего насилие ребенка к психологу нередко формируется очень медленно, и это может произойти лишь при безусловном принятии его переживаний и изобразительной продукции специалистом.

При работе с детьми мы применяем как индивидуальные, так и групповые формы работы.

#### **Пример из практики.**

В декабре 2020 года в отделение для несовершеннолетних, в том числе «Социальный приют» поместили опекаемых детей (брат и сестра), подвергшимся жестокому обращению в замещающей семье. Девочка Л. (13 лет) и мальчик Н. (7 лет). На момент поступления замещающие родители были отстранены от исполнения обязанностей.

#### **Перед нами стояли следующие задачи:**

1. Стабилизировать эмоциональное состояние детей, через отреагирование негативных чувств и их последующей трансформации в положительные чувства;
2. Содействовать адаптации детей к проживанию в новой семье.

#### **Этапы работы:**

1. Установление контакта.
2. Диагностическое обследование.
3. Непосредственно коррекционная работа с использованием методов арт-терапии, сенсорной комнаты.
4. Оценка результатов работы.

#### **Краткая характеристика детей.**

Дети тяжело вступали в контакт, преодолевали недоверие. Вся ситуация, которая произошла с ними - это травматизация; столкновение с опытом, который детям не по силам выдержать и событиями, в которых они не могут активно реагировать.

Эмоциональное состояние на момент поступления характеризовалось наличием негативных переживаний, эмоциональной неудовлетворенностью. У мальчика проявлялось раздражение, деструктивные тенденции, повышенная обидчивость, низкая самооценка. У сестры – диагностирован высокий уровень тревожности, напряжение, страх перед будущим.

**Были использованы следующие методы арт-терапии:**

- изотерапия;
- песочная терапия (работа с сухим песком, манкой, кинетический песок);
- работа с пластичным материалом (пластилин).

**Результаты работы:**

В начале работы дети шли на контакт с недоверием, у мальчика часто проявлялась обидчивость, агрессивность в процессе работы. Сестра была закрыта.

На данном этапе применялось психологическое просвещение, с целью знакомства с методом: для чего необходима работа с психологом, как это может помочь в решении их проблемы. Это помогло установить контакт с детьми.

С мальчиком чаще использовался пластилин, этот доступный материал позволил ребенку отреагировать свои агрессивные тенденции. Важно было отследить состояние ребенка: на первых занятиях мальчик возбуждался, раздражался; последующие занятия лепкой помогли ребенку успокаиваться в процессе деятельности, что свидетельствовало о том, что произошел выход негативных чувств.

С сестрой чаще использовалась изо-терапия, это позволило снизить напряжение и уровень тревожности; найти внутренние опоры, ресурсы для дальнейших межличностных отношений в будущем.

Песочная терапия использовалась в сенсорной комнате, что еще больше способствовало улучшению эмоционального фона детей. Песок помог проработать посттравматический фон, вызванный кризисной ситуацией. В начале занятий действия носили хаотичный и деструктивный характер, но со временем произошла трансформация негативных переживаний.

В процессе работы дети смогли не только создавать арт-объекты, но и обсуждать свою работу, рассказывать о своих переживаниях, чувствах. Произошла вербализация чувств. Арт-терапия помогла выразить детям то, на что не находились слова.

Арт-терапия увлекла детей, помогла преодолеть им сопротивление, которое было в начале работы с психологом. Часто в работе использовалась метафора, что тоже позволило снизить сопротивление.

Итоговая диагностика показала улучшение эмоционального фона детей. Арт-терапия способствовала снижению агрессии, разрешению внутриличностных конфликтов и переживаний.

Но самое главное, что дети смогли преодолеть свой негативный опыт и открыться новому, найти ресурсы для дальнейших взаимоотношений, научились снова доверять. И в данный момент они проживают в семье.

**Вывод:** применение методов арт-терапии помогло детям преодолеть те негативные тенденции, которые мешали развиваться им свободно, раскрывать свои способности, устанавливать межличностные взаимоотношения.

### **Правила в работе с травмой насилия.**

Важно отметить, что в работе с травмой насилия надо аккуратно подходить к использованию таких материалов, как глина, мокрая глина, мокрый песок. Такие материалы могут поднять негативный опыт и привести к повторной травматизации. Такой материал может ассоциироваться с кровью, грязью. Лучше использовать обычный или воздушный пластилин. Или использовать сухой песок (манка). Если применяете глину, то необходимо вымесить ее заранее.

Работая с жертвами насилия, специалист должен быть готов к самым разным, в том числе весьма примитивным формам художественной экспрессии клиента, в особенности если это ребенок. Ему следует учесть, что использование клиентом весьма простых или даже деструктивных манипуляций с материалами и уже созданными образами может служить достижению терапевтических эффектов.

**Для примера – несколько техник, которые мы применяли в работе.**

- **"Имя пластилином"**. Разомните пластичный кусочек, сделайте им ваше имя. Цель: установление контакта, знакомство.

- **«Монотипия»**. Покрыть водой прозрачный файл или кусок обработанного стекла, нанести краску, сделать отпечаток на бумаге. Поработать с образами, на что похоже?



Какие чувства это вызывает? Цель: снижение уровня агрессии, тревожности; расслабление.

- **«Рисование мятой бумагой»**. Цель: отреагирование агрессивных тенденций. Помять бумагу. Нанести краску. Из агрессии получается картина-продуктивная деятельность.

- **«Волшебные краски»**. Цель: снятие эмоционального напряжения. Необходимые материалы: гуашь жидкая, пластмассовые стаканы из-под йогурта или сметаны (500 мл), количество которых должно быть равно количеству детей или цветов изготавливаемой краски, растительное масло, мука, клей ПВА, крупная соль, картон прессованный или картон для труда, клеенка, газеты, ветошь для вытирания рук. Может проводиться с одним или несколькими детьми. Материалы смешиваются, добавляется краска. Рисовать можно кисточкой или пальцами.

- **«Игра в каракули»**. Эта техника придумана английским детским психиатром Д. Винникоттом. Она позволяет не только выявить внутренние проблемы и конфликты человека любого возраста, но и помочь ему их преодолеть.

Для выполнения этого упражнения понадобится только чистый лист бумаги и ручка. Нужно предложить подростку нарисовать любые каракули, зигзаги, как угодно перепутанный клубок линий. Лучше это делать с закрытыми глазами.

Попросите открыть глаза и внимательно рассмотреть свои каракули. Спросите: какие образы они смогли увидеть? Попросите обвести контуры фигур, возможно, что-то добавить или заштриховать.

### **«Моё настроение»**

Материалы: Цветная бумага или картон, манка или песок, маленькие игрушки, природные материалы.

Для работы выберите цвет, который вам нравится именно сейчас, положите цветную бумагу в контейнер для песка. Добавьте песок (манку), игрушки. Создайте свою работу.

Ответьте на вопросы:

1. Назовите свою работу.
2. Что вы создали?
3. Что вы чувствовали, создавая работу?





4. Что вы чувствуете сейчас?
5. Хочется ли что-то изменить или добавить? (Если да, сделайте это)
6. Как вам сейчас?
7. О чем эта работа вам рассказала?
8. Какой важный вывод вы сделали?

**Резолюция**  
**по итогам практического семинара Ресурсного центра по направлению**  
**«Социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия, и**  
**профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия»,**  
**(в режиме видеоконференцсвязи)**  
**04 марта 2021 года**

Организатор – бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

Проблема насилия в семье, в том числе жестокого обращения с несовершеннолетними, требует особого внимания и принятия необходимых мер по защите прав и законных интересов несовершеннолетних.

Данная проблема становится все более актуальной в период самоизоляции в связи с пандемией коронавируса.

Как показывает практика, важное значение в решении проблемы насилия в семье имеет комплексный подход, позволяющий расставить приоритеты в работе и определить перспективные направления деятельности.

Во исполнение приказа Депсоцразвития Югры от 17.07.2020 № 887-р «О внесении изменений в приказ Депсоцразвития Югры от 20.02.2020 №177-р «О создании ресурсных центров в государственных учреждениях, подведомственных Депсоцразвития Югры» и в соответствии с планом мероприятий («дорожная карта») Ресурсным центром по приоритетному направлению деятельности - социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия (БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям») 4 марта 2021 года был организован и проведен практический семинар в режиме видеоконференцсвязи с целью представления опыта территорий автономного округа по данному направлению деятельности.

В видеоконференции приняли участие 82 специалиста из 18 учреждений социального обслуживания, подведомственных Депсоцразвития Югры. Также пассивными слушателями выступили специалисты бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ресурсный центр развития социального обслуживания».

Было представлено 12 различных докладов по теме профилактики любых форм насилия, в том числе домашнего:

- «Профилактика, виды и последствия форм насилия»;

- «Профилактика жестокого обращения с несовершеннолетними как одно из условий обеспечения безопасного детства»;

- «О реализации комплексной программы по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних «Любите тех, кто рядом»;

- «О реализации комплексной программы по вторичной профилактике насилия в семье «Карточный домик»;

- «Технология эскалации семейного конфликта в процессе вторичной профилактики домашнего насилия»;

- «О реализации комплексной программы по третичной профилактике насилия в семье «Ладья»;

- «Технология социальной работы с гражданами, пострадавшими от любых форм насилия, в том числе домашнего насилия»;

- «Технология социального обслуживания женщин, пострадавших от насилия, профилактика домашнего насилия»;

- «Особенности работы с лицами, подвергшимися любым формам насилия, в том числе домашнего, на территории Сургутского района»;

- «Психологическое насилие в семье»;

- «Организация социальной помощи женщинам при социальном неблагополучии в БУ «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения»;

- Методы арт-терапии в работе с детьми и подростками, подвергшимися жестокому обращению (Описание случая из практики).

Представленные доклады объединены целью распространения опыта организации деятельности специалистов учреждений социального обслуживания, подведомственных Депсоцразвития Югры, в рамках социального сопровождения граждан, пострадавших от насилия, профилактики любых форм насилия, в том числе домашнего.

Участники мероприятия ознакомились с материалами, обсудили основные вопросы конференции.

В ходе конференции определены основные тенденции в работе с жертвами насилия, в особенности в отношении несовершеннолетних и женщин.

Участники обсудили вопрос, насколько специалисты экстренно должны реагировать на ту или иную ситуацию, как важно привлечение сторонних организаций, структур, диаспор.

По итогам проведенной конференции участники внесли следующие предложения:

1. По результатам практического семинара сформировать сборник лучших практик по данному направлению деятельности, включая материалы докладов, заслушанных на конференции.

2. Материалы могут быть использованы для внедрения в практику, овладения дополнительными знаниями, умениями и навыками при организации работы с целевой группой.

3. Апробировать комплексные программы по профилактике насилия, в том числе домашнего, в учреждениях социального обслуживания, подведомственных Депсоцразвития Югры, с 2021 года.

4. Популяризировать населению информацию об услугах, оказываемых специалистами социальной сфере по данному направлению деятельности.

Участники конференции поддерживают все положения резолюции, принятой на конференции по направлению «Социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия, профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия».

**РЕЕСТР ТЕХНОЛОГИЙ,  
ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРАКТИКЕ РАБОТЫ УЧРЕЖДЕНИЙ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ,  
ПОДВЕДОМСТВЕННЫХ ДЕПАРТАМЕНТУ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО  
АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ,  
ПО НАПРАВЛЕНИЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:**

*социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия,  
и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия*

№ п/п	Наименование, цель	Направление, целевая группа	Краткое описание	УСО, подведомственные Депсоцразвития Югры, реализующие продукт
<b>Технологии социальной работы</b>				
1.	<p><b>Служба «Медиация»</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для урегулирования семейных споров и детско-родительских конфликтов посредством медиации</p>	<p>Создание условий и безопасного пространства для формирования и развития умения эффективно решать конфликтные взаимоотношения в семье.</p> <p>Направления:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Диагностическое.</li> <li>2. Психолого-педагогическое.</li> <li>3. Информационно-просветительское.</li> </ol> <p><b>Целевая группа:</b> несовершеннолетние и их родители, находящиеся в социально опасном положении</p>	<p>Создание условий для мирного урегулирования семейных споров и детско-родительских конфликтов с удовлетворением интересов конфликтующих сторон на условиях, выработанных самими сторонами.</p>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Нефтеюганский районный комплексный центр социального обслуживания населения» БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям» БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»</p>

2.	<p><b>Служба «Экстренная детская помощь»</b></p> <p><b>Цель:</b> раннее выявление семейного неблагополучия, жестокого обращения с детьми</p>	<p>Оказание экстренной помощи, в том числе психологической, социальная профилактика.</p> <p><b>Целевая группа:</b> семьи, несовершеннолетние, проживающие в семьях</p>	<p>Повышение эффективности профилактической работы с несовершеннолетними, находящиеся в социально-опасном положении, права и законные интересы которых нарушены, оказания им социальной, медицинской и правовой и иной помощи при отделении психолого-педагогической помощи.</p> <p>Задачи деятельности Службы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявление детей (семей), находящихся в социально-опасном положении;</li> <li>- осуществление защиты прав и законных интересов несовершеннолетних;</li> <li>-осуществление профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, профилактики жестокого обращения с детьми;</li> <li>-содействие снижению числа правонарушений в отношении несовершеннолетних</li> </ul>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</p> <p>БУ «Нефтеюганский районный комплексный центр социального обслуживания населения»</p> <p>БУ «Нефтеюганский комплексный центр социального обслуживания населения»</p>
3.	<p><b>Технология «Семейный психолог»</b></p> <p><b>Цель:</b> оказание психологической помощи и поддержки семьям, находящимся в социально опасном положении</p>	<p>Устранение причин семейного неблагополучия, оказание психологической помощи семье, гражданам в выходе из социально опасного положения.</p> <p><b>Целевая группа:</b> семьи, находящиеся в социально-опасном положении</p>	<p>1. Психологическая поддержка граждан, семьи, расширение социального окружения (родственники, близкие знакомые), помощь которых члены семьи принимают и позитивно настроены на взаимодействие с ними;</p> <p>2. Мотивирование родителей, граждан на прохождение лечения от различного рода зависимости;</p>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</p> <p>БУ «Нефтеюганский районный комплексный центр социального обслуживания населения»</p>

			<p>3. Повышение родительской компетентности посредством вовлечения в информационно-просветительскую деятельность;</p> <p>4. Обмен родительским опытом в вопросах построения конструктивных детско-родительских взаимоотношений</p>	
4.	<p><b>Технология участковой социальной работы</b></p> <p><b>Цель:</b> выявление семей с несовершеннолетними детьми и отдельных категорий граждан, нуждающихся в социальном обслуживании, патронат семей</p>	<p>Выявление и учет семей с несовершеннолетними детьми и отдельных граждан, находящихся в трудной жизненной ситуации</p> <p><b>Целевая группа:</b> семьи, отдельные категории граждан</p>	<p>Своевременное оперативное выявление семей с несовершеннолетними детьми и отдельных категорий граждан, нуждающихся в социальном обслуживании, патронат семей, отдельных категорий граждан, нуждающихся социальной помощи и поддержки</p>	<p>БУ «Нефтеюганский районный комплексный центр социального обслуживания населения»</p>
5.	<p><b>Технология «Жизнь без насилия»</b> по профилактике жестокого обращения.</p> <p><b>Цель:</b> профилактика жестокости и насилия в семье, направленной на несовершеннолетних</p>	<p>Направления:</p> <p>1. Социально-правовое направление: поддержание контакта с семьей ребенка, информирование соответствующих органов в случае, если жизни или здоровью несовершеннолетнего угрожает опасность.</p> <p>2. Правовое просвещение целевой группы, формирование и развитие правовых знаний и правовой культуры несовершеннолетних и их родителей (законных представителей).</p>	<p>Реализация технологии позволяет выявить семьи с детьми, нуждающимися в социальном сопровождении. Составление и отработка плана информационных, коррекционных, психологических, педагогических, культурно-досуговых мероприятий, а также осуществление практической работы с родителями и несовершеннолетними, посредством их участия в индивидуальных и групповых формах деятельности позволит оказать помощь родителям в формировании устойчивых взглядов</p>	<p>БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»</p>

		<p>3. Социально – психологическое направление: диагностика индивидуальных и личностных особенностей несовершеннолетних и их семей, исследование эмоционального состояния, проведение коррекционно-развивающих мероприятий при необходимости, помощь в разрешении актуальных психологических проблем, определение психологических причин возникновения трудностей в детско-родительских отношениях, повышение родительской компетентности, вовлечение родителя в разрешение трудностей своего ребенка.</p> <p><b>Целевая группа:</b> несовершеннолетние из семей, находящихся в социально опасном положении и трудной жизненной ситуации, их родители</p>	<p>на воспитание, наладить взаимоотношения в семье, разрешить конфликты и предотвратит факты жестокого обращения и насилия над несовершеннолетними</p>	
6.	<p><b>Технология оказания психологической и правовой помощи подросткам и членам их семей по средствам Интернет</b></p> <p><b>Цель:</b> оказание экстренной анонимной психологической и правовой помощи подросткам и членам их семей</p>	<p>Направления:</p> <p>1. Социально-педагогическое направление, основано на предоставлении гарантированных услуг в соответствии с 442-ФЗ.</p> <p>2. Социально-психологическое направление, основано на осуществление психологом социально-психологических услуг: консультирования, диагностика, коррекция.</p>	<p>Экстренная социально-психологическая и правовая помощь по телефону и посредством интернета имеет ряд преимуществ: во-первых, она доступна, что обеспечивается ежедневным и круглосуточным режимом работы специалистов службы и дает возможность получить квалифицированную помощь в тех случаях, когда нет возможности встретиться со специалистом лично;</p>	<p>БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»</p>



		<p>3. Социально-правовое направление, защита прав и законных интересов получателей социальных услуг.</p> <p><b>Целевая группа:</b> несовершеннолетние, и их родители</p>	<p>во-вторых, экстренная психологическая и правовая помощь предоставляется бесплатно; в-третьих, обеспечивается и гарантия конфиденциальности информацией. Чаще всего за онлайн-консультациями обращаются подростки. Дистанционная экстренная социально-психологическая (правовая) помощь работает и дает результаты, при этом каждый обратившийся за помощью подросток или взрослый не остался один на один со своими чувствами, переживаниями, проблемами, а имел возможность получить квалифицированную помощь и поддержку для изменения своего эмоционального статуса и решения актуальных задач</p>	
7.	<p><b>Технология «Понять. Принять. Помочь»</b> наставничества для граждан, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.</p> <p><b>Цель:</b> поддержка граждан путем оказания им социально-трудовой, социально-бытовой, социально-психологической и социально-правовой помощи, формирование навыков общественного поведения, законопослушного отношения</p>	<p>Направления:</p> <p>1. Социально-бытовое направление, с целью поддержки жизнедеятельности в быту.</p> <p>2. Социально-психологическое направление, предусматривающие оказание помощи в стабилизации психоэмоционального состояния, диагностических мероприятий и коррекции психологического состояния получателей социальных услуг для адаптации в социальной среде.</p> <p>3. Социально-педагогическое направление (профилактика</p>	<p>В процессе реализации технологии за каждым подопечным закрепляется наставник, с которым он общается на протяжении запланированного времени. Наставник определяет интересы и пожелания, устанавливает возможности, особенности характера, узнает жизненный опыт и стиль общения подопечного, находит пути преодоления возникших проблем, активно участвует в разработке индивидуальной программы, проводит общие мероприятия, а так же координирует работу по взаимодействию с другими</p>	<p>БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»</p>

	<p>к жизни, и принятие общепринятых норм в окружающем социуме, помощи в преодолении трудной жизненной ситуации</p>	<p>отклонений в поведении и развитии личности, формирование позитивных интересов (в том числе в сфере досуга), организация досуга, оказание помощи семье в воспитании детей.</p> <p>4. Социально-трудовое направление, основанное на оказание помощи в трудоустройстве и в решении других проблем, связанных с трудовой адаптацией.</p> <p>5. Социально-правовое, направление, ориентированное на оказание помощи в получении юридических услуг, в том числе бесплатно, в защите прав и законных интересов получателей социальных услуг.</p> <p><b>Целевая группа:</b> граждане, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, проживающие в кризисном отделении помощи гражданам</p>	<p>учреждениями, осуществляет работу с личными документами, обеспечивает и контролирует индивидуальное сопровождение, участвует в подготовке информационных итоговых материалов</p>	
8.	<p><b>Технология «Прикоснуться сердцем»</b> по работе с неблагополучными семьями.</p> <p><b>Цель:</b> оказание действенной многосторонней помощи родителям и детям для выхода из сложной жизненной ситуации, направленной на снижение численности детей, проживающих в</p>	<p>Направления:</p> <p>1. Социально-психологическое, основано на гуманистическом подходе, содержит в себе тренинговые занятия, направленные на психологическое оздоровление утверждение активной жизненной позиции получателей социальных услуг.</p> <p>2. Социально-педагогическое, основано на раскрытии и</p>	<p>Технология направлена на работу с неблагополучной семьей, а именно установление причин, возникших социальных, психологических, педагогических и других проблем, повлекших за собой явное неблагополучие семьи. Самым важным в работе является длительное сопровождение семьи, оказание постоянной психологической поддержки, создание благоприятной</p>	<p>БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»</p>

	<p>специализированных детских учреждениях</p>	<p>применении творческих способностей, используя вышеуказанные методы и формы работы с семьей, способствует восстановлению и развитию позитивных интересов членов семьи, чувства социальной ответственности, позволяет воспитать естественную потребность в соблюдении норм и правил здорового образа жизни, дифференцированный системный подход, направленный на повышение качества жизни.</p> <p>3. Социально-правовое, способствует обеспечению защиты прав и законных интересов семьи, формирует у всех членов семьи сознательное и ответственное отношение к своим обязанностям, создает ощущение благоприятной поддерживающей среды.</p> <p><b>Целевая группа:</b> неблагополучные семьи</p>	<p>поддерживающей среды. Работа с семьей проводится поэтапно. На первом этапе работы ее эффективность зависит от степени установления контакта и доверительных отношений с родителями. В дальнейшем выбор форм и методов воздействия на семью зависит от ведущей причины семейного неблагополучия. В процессе наблюдения за семьей, коррекционных занятий идет отслеживание динамики развития детско-родительских отношений, изучение психологического микроклимата в семье. Далее – подведение итогов: анализ реализации технологии</p>	
9.	<p><b>Технология «Психологическая мастерская позитивного родительства»</b></p> <p><b>Цель:</b> повышение уровня психолого-педагогических знаний у родителей, предупреждение возможных нарушений детско-</p>	<p>Просветительно-профилактическое направление.</p> <p><b>Целевая группа:</b> родители учащихся образовательных учреждений города</p>	<p>В рамках работы мастерской психологами учреждения проводятся семинарские занятия для родителей. В режиме активного взаимодействия с аудиторией в форме «вопрос-ответ» психологи отделения психолого-педагогической помощи делятся знаниями и опытом, вынесенными из многолетнего практического опыта работы. Семинарские занятия – это не</p>	<p>БУ «Нефтеюганский комплексный центр социального обслуживания населения»</p>

	родительских отношений, профилактика девиантного поведения ребенка, повышение родительской мотивации к решению проблем.		лекции, а живой и открытый диалог с психологом, поэтому большое значение имеет профессионализм специалиста, владение аудиторией и познания в самых разных областях психологии. Тематика занятий ежегодно может меняться	
10.	<b>Технология «Активная поддержка родителей»</b>  <b>Цель:</b> создание благоприятных условий для формирования ответственного родительства и ранней профилактики семейного неблагополучия, гармонизации внутрисемейных отношений	Технология направлена на повышение авторитета родителей, улучшение морально-психологического климата в семье, посредством организации семейного досуга, совместного творчества детей и родителей, социально-правового, психолого-педагогического, культурного просвещения семьи. <b>Целевая группа:</b> семьи различной категории (благополучные, неблагополучные, семьи «группы риска»)	Комплексная работа, осуществляемая совместными усилиями различных органов и специалистов и ориентированная прежде всего на укрепление семьи, стимулирование ее социальной активности, представляет оптимальный путь решения острых социальных проблем и является приоритетным направлением социальной работы	БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
11.	<b>Технология «Интенсивная семейная терапия на дому»</b>  <b>Цель:</b> раннее выявление неблагополучия в семьях, своевременное оказание помощи на стадии возникновения проблемы в семье	Организация межведомственного взаимодействия, совместной деятельности с семьями. <b>Целевая группа:</b> несовершеннолетние с проблемным поведением (девиантное, асоциальное); несовершеннолетние, находящиеся на грани изъятия из семьи или исключения из школы; социально-дезадаптированные	Реализация технологии основана на межведомственном взаимодействии и командном подходе. Семья активно участвует в планировании и реализации программы собственной реабилитации. Технология базируется на позитивном подходе и активизации ресурсов самой семьи	БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»

		несовершеннолетние		
12.	<b>Технология «Равный равному»</b>  <b>Цель:</b> передача знаний другим, формирование установки и выработка навыков среди равных себе по возрасту, социальному статусу, имеющих сходные интересы, или подверженным сходным рискам	Наставничество и взаимопомощь. <b>Целевая группа:</b> граждане различных социальных категорий	Основной принцип данной технологии – услуги и помощь тому или иному клиенту предоставляются наставником-инструктором, обладающим общими с клиентом характеристиками (возраст, пол, гражданство, характер проблем и т.д.)	БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
13.	<b>Медиативные технологии в работе специалистов, оказывающих услуги женщинам, находящимся в трудной жизненной ситуации, социально опасном положении, подвергшихся семейному насилию</b>  <b>Цель:</b> создание условий для мирного выхода женщин из трудной жизненной ситуации, социально опасного положения с удовлетворением их интересов и интересов семьи в целом	Поиск оптимальных путей выхода из кризисных ситуаций с целью сохранения семьи. <b>Целевая группа:</b> женщины, находящиеся в трудной жизненной ситуации, социально опасном положении, подвергшиеся семейному насилию.	Основная идея - сохранить/восстановить отношений в семье путем разрешения разногласий и предупреждения конфликтов в повседневной жизни между ее членами для выработки взаимоприемлемого и взаимовыгодного, отражающего интересы обеих сторон, решения	БУ «Лангепасский комплексный центр социального обслуживания населения»
14.	<b>Технология оказания комплексной социальной помощи гражданам, оказавшимся в трудной</b>	Осуществление комплексного решения проблем граждан, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.	Целеполагание технологии - оказание гражданам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации и гражданам, пережившим насилие; семьям с	БУ «Сургутский комплексный центр социального обслуживания

	<p><b>жизненной ситуации</b></p> <p><b>Цель:</b> выявление граждан, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, и оказание им комплекса социальных услуг, включая срочную социальную помощь и предоставлении временного жилого помещения до разрешения трудной жизненной ситуации</p>	<p><b>Целевая группа:</b>  граждане, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации;  - граждане, пережившие насилие;  семьи с несовершеннолетними детьми, находящиеся в трудной жизненной ситуации</p>	<p>несовершеннолетними детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации комплекса социальных услуг, направленного на преодоление трудной жизненной ситуации</p>	<p>населения»</p>
--	---	---	---	-------------------

**РЕЕСТР МЕТОДИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ  
(МЕТОДИК, СОЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ, ИНФОРМАЦИОННО-РАЗЪЯСНИТЕЛЬНОЙ ПРОДУКЦИИ),  
ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРАКТИКЕ РАБОТЫ УСО ПО НАПРАВЛЕНИЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:  
*социальное обслуживание граждан, пострадавших от насилия,  
и профилактика любых форм насилия, в том числе домашнего насилия***

№ п/п	Наименование, цель	Направление, целевая группа	Краткое описание	УСО, подведомственные Депсоцразвития Югры, реализующие продукт
<b>1. Методики (тесты, диагностики, опросники, анкеты и др.)</b>				
1.	Проективная методика «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернс, С. Кауфман	Диагностика семейных отношений от 4 до 10 лет	Изучение структуры семьи, особенностей взаимоотношений между ее членами. Методика выявляет включенность ребенка в семейную систему, характер эмоционального контакта между членами семьи, признаки жестокого обращения по отношению к ребенку	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения» БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
2.	Проективная методика «День рождения», М.А. Панфилова	Диагностика детско-родительских и межличностных отношений от 4 до 10 лет	Методика выявляет особенности взаимоотношений ребенка с членами семьи и окружающими (взрослыми и детьми)	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
3.	Проективная личностная методика «Кактус» М.А. Панфилова	Диагностика направленности и интенсивности выраженности агрессивности с детьми старше 3-х лет (младший, средний и старший дошкольный возраст	Ребенку дается инструкция – «На листе бумаги нарисуй кактус – такой, каким ты его себе представляешь». Вопросы и дополнительные пояснения не допускаются. Выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»

			интенсивности	
4.	Проективная методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич	Диагностика психоэмоционального состояния ребенка от 4 до 11 лет	Методика позволяет определить наличие агрессивного и тревожного состояния ребенка	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
5.	Проективная методика Рене Жиля	Диагностика социальной приспособленности ребенка, его межличностных отношений от 4 до 12 лет	Исследование сферы межличностных отношений ребенка и его восприятия внутрисемейных отношений	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
6.	Проективная рисуночная методика «Розовый куст»	Диагностика состояния, как отражение внутреннего мира от 4 до 18 лет	Закрытыми глазами представить себе, что тпрбвратились в куст роз. Рассмотреть внимательно какой он. Прежде всего, обратить внимание на то, нравится ли возникший образ клиенту, является ли для него комфортным	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
7.	Проективная личностная методика «Автопортрет»	Диагностика бессознательных эмоциональных компонентов личности (самооценка, актуальное состояние, невротические реакции тревожности, страха, агрессивности) от 8 до 18 лет	По определению автопортрет – это изображение человека, созданное им самим. Изображая себя, человек воссоздает основные черты собственных телесных нужд и внутренних конфликтов. Богатая проекция личностной динамики, проявляющаяся в рисунке, открывает для метода возможность анализа достоинств и конструктивных потенциалов, равно как и анализа нарушений	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
8.	Проективная методика «Письмо другу»	Диагностика случаев насилия и жестокого обращения с детьми	В методике описывается ситуация насилия, в которую попал ровесник.	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и



		(подростки)	Подросткам предлагается написать герою письмо с поддержкой. Процедура исследования проводится в группе	детям»
9.	Проективная рисуночная методика «Человек под дождем»	Диагностика личностных резервов и особенностей защитных механизмов человека, его способности преодолевать неблагоприятные ситуации, противостоять им, он также может рассказать о возможности человека к адаптации от 9 до 12 лет	Два рисунка. Первый рисунок должен отображать фигуру человека, а второй – человека под дождем. Первый рисунок отражает представление человека о себе в обычной ситуации, а второй – в неблагоприятной	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
10.	Проективная методика «Дом-Дерево-Человек»	Диагностика психоэмоционального состояния	Выявление психологических проблем личности. Интерпретация проективного теста позволяет в краткие сроки получить данные о личностных характеристиках (наличие тревожности, агрессивности и др.)	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения» БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
11.	Тест Томаса	Помогает определить тип поведения человека в конфликтной ситуации. Целевая группа не ограничена	Изучение личностной предрасположенности к конфликтному поведению, выявление определенных стилей разрешения конфликтной ситуации	БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
12.	Тест «Дерево», Д. Лампен, адаптирован Л.П. Пономаренко	Диагностика адаптивности ребенка от 4 до 10 лет	Методика позволяет определить особенности протекания адаптационного процесса ребенка в различных условиях	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
13.	Тематический апперцептивный тест (ТАТ)	Диагностика личности от 14 до 18 лет	Методика позволяет определить глубинные тенденции личности, в том числе ее потребности и мотивы, отношение к миру, черт характера,	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Сургутский районный

			типичные формы поведения, внутренние и внешние конфликты, особенности протекания психических процессов, механизмов психологической защиты и др.	центр социальной помощи семье и детям»
14.	Тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен «Выбери нужное лицо»	Исследование уровня тревожности у детей дети 3,5 — 7 лет	Тест исследует характерную для ребенка тревожность в типичных для него жизненных ситуациях (где соответствующие свойства личности проявляются в наибольшей степени). При этом тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне и которая вместе с тем имеет отрицательные следствия	БУ «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения»
15.	Тест рисуночной ассоциации С.Розенцвейга	Оценка степени социальной адаптированности личности от 8 до 18 лет (детский, взрослый вариант)	Оценка выраженности различных видов эмоционального реагирования, на основе которой строится индивидуальный профиль реакций и делается вывод о наличии эмоционально-когнитивных стереотипов реагирования на фрустрацию	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
16.	Тест «Выход из трудных жизненных ситуаций»	Диагностика индивидуально-психологических особенностей личности	Выявление особенностей реагирования и поведения в трудной ситуации, доминирующего способа решения жизненных проблем. Метод: тестирование	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
17.	Семейный тест отношений «СТО», Д. Антони, Е. Бине,	Диагностика эмоционального отношения ребенка к членам семьи и ближайшему окружению	Методика позволяет понять характер взаимоотношений ребенка с членами семьи и значимыми окружающими	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

	модификация И.М. Марковской	от 4 до 10 лет		БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
18.	Детский апперцептивный тест (САТ) (Л. Беллак)	Направление: проецируется значимое содержание потребностей, конфликтов, установок личности Целевая группа: обследования детей в возрасте от 3 до 10 лет.	Время проведения теста - 30-40 мин. Исследование проводится индивидуально, позиционируя не как тест, а как игру. С помощью данной методики можно выявить: ведущие потребности и мотивы; особенности восприятия и отношения ребенка к родителям (в том числе к родителям как к супружеской паре); особенности взаимоотношений ребенка с сиблингами; содержание внутриличностных конфликтов как следствия фрустрации ведущих потребностей ребенка; особенности защитных механизмов как способов разрешения внутренних конфликтов; агрессивные фантазии, страхи, фобии, тревоги, связанные с ситуациями фрустрации; динамические и структурные особенности поведения ребенка среди сверстников	БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»
19.	Метод психологического наблюдения	Целенаправленное и организованное восприятие поведения человека от 4 до 18 лет	Метод позволяет изучение поведения личности в определенных условиях	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
20.	Метод психологического интервьюирования	Диагностический целенаправленный опрос по определенному плану от 4 до 18 лет	Метод позволяет собрать необходимую информацию, выяснить важные сведения	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Сургутский районный

				центр социальной помощи семье и детям»
21.	Метод цветových выборов Люшера (проектный тест)	Диагностика психоэмоционального состояния ребенка от 4 до 18 лет	Методика исследует: эмоциональное состояние; невротичность; наличие фрустрирующих проблем; наличие стресса	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
22.	«Метод портретных выборов» Л.Сонди	Диагностика личностных особенностей от 11 до 18 лет	Методика позволяет определить асоциальные и патологические особенности поведения личности	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
23.	Опросник агрессивности	Диагностика состояния агрессии	Выявление агрессии, раздражительности, обиды, негативизма, чувства обиды	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
24.	Опросник оценки уровней взаимоотношений в семье (авт. Степанова С.С. в модификации Махониной И.И.)	Изучение детско-родительских взаимоотношений. Целевая группа: родители	Выявляет уровни взаимоотношений в семье	БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
25.	Опросник для исследования проявлений жестокости в детско-родительских отношениях (по С.В. Ардашевой и соавт., в модификации З.В. Луковцевой)	Направление: выявить степень проявления жестокости в детско-родительских отношениях; Целевая группа: родители; несовершеннолетние в возрасте от 10 до 18 лет.	Опросник состоит из двух частей. Для родителей и детей. В каждой части по 7 вопросов, которые раскрывают взаимоотношения между родителем и ребенком	БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»
26.	Опросник типов акцентуации личности Шмишека	Диагностика психологических особенностей личности	Диагностика типов акцентуации личности	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
27.	Опросник «Анализ семейной тревоги», Э.Г.	Диагностика самочувствия подростка, связанного с его	Опросник исследует психоэмоциональное состояние	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и

	Эйдемиллер, В. Юстицкис	позицией в семье от 10 до 18 лет	ребенка, связанное с внутрисемейной ситуацией	детям» БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
28.	Опросник CDI, М. Ковач	Диагностика функциональное состояние депрессии от 10 до 18 лет выявляет состояние	Опросник позволяет определить количественные показатели спектра депрессивных симптомов	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
29.	Опросник «Поведение родителей и отношение подростков к ним» (ADOR), Е. Шафер, модиф. З. Матейчик и П. Ржичан	Диагностика детско-родительских отношений от 10 до 18 лет	Опросник диагностирует установки, поведение и методы воспитания родителей	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
30.	Опросник «Биополе семьи» В.В. Бойко	Диагностика внутрисемейных отношений от 10 до 18 лет	Опросник определяет биополе семьи, психологический климат, при котором ребенок чувствует себя комфортно рядом с близкими	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
31.	Опросник депрессии Бека	Диагностика эмоционально-личностной сферы от 14 до 18 лет	Методика предназначена для определения состояния пониженного настроения - депрессии с учетом его глубины, выявления особенностей межличностных контактов подростка со сверстниками, формирования планов на будущее, трудностей адаптации подростка в сложной для него социальной ситуации	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
32.	Опросник для родителей — «Опросник детско-родительского эмоционального взаимодействия»	Выявление выраженности 11 параметров эмоционального взаимодействия матери и ребенка дошкольного возраста	Опросник выявляет степень выраженности каждой отдельной характеристики взаимодействия в каждой конкретной диаде. Опросник содержит 66 утверждений,	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

	(ОДРЭВ) Е.И.Захаровой		объединенных в три блока	
33.	Опросник родительского отношения А.Я. Варга, В.В. Столин	Диагностика родительского отношения у матерей, отцов, опекунов и т.д., обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и общения с ними родители детей 3-10 лет	61 вопрос опросника составляет пять шкал, выражающих собой те или иные аспекты родительского отношения: принятие – отвержение ребенка; кооперация; симбиоз; авторитарная гиперсоциализация; маленький неудачник	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям» БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения» БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»
34.	ИТО – индивидуально-типологический опросник (Л.Н.Собчик)	Диагностика определения типологических особенностей индивида, ведущих черт его характера с 14 лет	Опросник состоит из 91 утверждения	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
35.	Фрайбургский личностный опросник (FPI), И. Фаренберг, Х.Зарг, Р. Гампел	Диагностика эмоционально-личностной сферы от 16 до 18 лет	Методика позволяет определить особенности эмоционально-личностной сферы, устойчивости к воздействию стресс-факторов	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
36.	Многофакторный личностный опросник по методике Р. Кетелла	Метод оценки индивидуально-психологических особенностей личности от 10 до 18 лет	Описание полярных характеристик личности (общительность-замкнутость, независимость-подчиненность, озабоченность-беспечность и др.)	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
37.	Анкета выявления жестокого обращения с детьми (М-ка Красножен М.М.)	Анкета выявления жестокого обращения с детьми	Выявление жестокого обращения с детьми	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»

				БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям» БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»
38.	Анкета выявления жестокого обращения с детьми, М.М. Красножен	Диагностика выявления признаков жестокого обращения от 10 до 18 лет	Анкета позволяет осуществить сбор и анализ полученной информации	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
39.	Методика «Два домика», И.Вандвик, П. Экблад	Диагностика социально значимого окружения ребенка от 4 до 10 лет	Методика помогает выявить сформированность потребности в общении, определить круг значимого окружения ребенка	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
40.	Методика «Цветовой тест отношений» (ЦТО), А.И. Лутошкин	Диагностика межличностных отношений от 4 до 15 лет	Методика определяет эмоциональные взаимоотношения ребенка с ближайшим значимым окружением и степень привязанности	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
41.	Методика «Интервью с ребенком» А.И.Захаров	Диагностика внутрисемейных отношений и роли ребенка в семье от 4 до 8 лет	В свободной беседе ребенку задаются вопросы, которые помогут выявить особенности детско-родительских проблем таких, как наказание дошкольников, авторитетность родителей, их значимость для детей	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
42.	Методика «Выявление суицидального риска у детей» А.А. Кучер, В.П. Костюкевич	Выявление признаков суицидального поведения от 10 до 18 лет	Методика измеряет аутоагрессивные тенденции и факторы, формирующие суицидальные намерения	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Югорский комплексный

				центр социального обслуживания населения»
43.	Методика «Выявление суицидального риска», Т.Н. Разуваева	Экспресс-диагностика суицидального риска от 10 до 18 лет	Методика выявляет уровни форсированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
44.	Методика выявления отношения юношей и девушек к жизни в своей семье, Т. Шрайбер	Диагностики отношения юношей и девушек к жизни в своей семье от 10 до 18 лет	Методика позволяет выявить включенность в семейную систему или отверженность в семье	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
45.	Методика «Самооценка психических состояний», Г.Ю. Айзенк	Диагностика психического состояния от 10 до 18 лет	Методика определяет уровень тревожности, фрустрации, агрессии и ригидности личности	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям» БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
46.	Методика «Определение уровня тревожности» Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин	Диагностика определения степени выраженности тревожности в структуре личности от 12 до 18 лет	Методика определяет уровень реактивной (ситуативной) тревожности и личностной тревожности человека	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»
47.	Методика «Неоконченные предложения», Е.Н. Волков	Диагностика насилия и жестокого обращения с подростками от 10 до 18 лет	Методика позволяет получить представление когнитивного, эмоционального и поведенческого аспектов представлений ребенка о насилии	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
48.	«Методика диагностики	Диагностика типов акцентуаций	Методика позволяет определить	БУ «Сургутский центр



	акцентуаций характера», опросник К. Леонгарда- Г. Шмишека	личности от 11 до 18 лет	типы акцентуаций личности	социальной помощи семье и детям»
49.	Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки	Диагностика агрессии от 10 до 18 лет	Выявление показателей и форм агрессии (физическая агрессия, вербальная агрессия, негативизм, раздражение, подозрительность, обида, чувство вины)	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
50.	Методика измерения уровня тревожности Тейлора	Диагностика выявляет уровень тревожности от 10 до 18 лет	Тест предназначен для измерения проявлений тревожности. Выбор пунктов для шкалы «проявления тревожности» осуществлялся на основе анализа их способности различать лиц с «хроническими реакциями тревоги»	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
51.	Методика «Стратегии совладающего поведения»	Методика предназначена для определения копинг-механизмов, т. е. способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности с 18 лет	представляет собой опросник, состоящий из 50 вопросов, направленных на выявление характерных для человека стратегий преодоления проблемных, напряженных ситуаций	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
52.	Методика интервью для диагностики насилия М.В. Фадеева, Е.В. Шапошникова	Диагностика распространенности случаев насилия и жестокого обращения среди подростков 11-12, 13-14 лет	Применяется для диагностики распространенности случаев насилия и жестокого обращения среди подростков	БУ «Пыть-Яхский комплексный центр социального обслуживания населения»
53.	Методика диагностики родительского отношения	Диагностика внутрисемейных отношений	Изучение системы чувств и поступков, социальных установок, рационального, эмоционального и поведенческого компонентов	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»

			родителей по отношению к детям.	
54.	Методика «Сеть социальных контактов»	Диагностика жизненной ситуации	Выявление жизненной ситуации для решения проблем. Работа с ближайшим окружением ребенка, или сетью его социальных контактов является эффективным методом работы с детьми и семьями, оказавшимися в трудной жизненной ситуации. В процессе диагностики выясняется отношение подростка к его социальному окружению, качество и количество его социальных контактов	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
55.	Методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний В.А. Жмурова	Диагностика депрессивных состояний	Выявление депрессивного состояния (главным образом тоскливой или меланхолической депрессии) и определение тяжести депрессивного состояния на данный момент. Метод: опрос, анкетирование	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
56.	Методика определения самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан	Диагностика личностных особенностей	Исследования самооценки	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения» БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»
57.	Методика «Межличностные отношения ребенка» Р.Жиля	Диагностика семейных отношений	Предназначен для выявления особенностей внутрисемейных отношений	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения» БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»

58.	Методика «Семья животных»	Диагностика семейных отношений	Предназначен для выявления особенностей внутрисемейных отношений	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
59.	Методика выявления отношения юношей и девушек к жизни в своей семье	Диагностика семейных отношений	Методика предназначена для диагностики отношения юношей и девушек к жизни в своей семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
60.	Экспресс – методика «Сигнал», Н.В. Зотов, В.М. Петрукович, В.Н. Сысоев	Диагностика суицидального риска от 16 до 18 лет	Методика позволяет определить риск суицидальных реакций в поведении личности	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
61.	Диагностическая беседа «Мой круг общения», Т.Ю. Андрущенко	Диагностика межличностного взаимодействия от 10 до 18 лет	Диагностическая беседа позволяет определить характер взаимодействия ребенка с окружающими в разных сферах общения; выявить личностно значимые отношения	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
62.	Картиночная версия шкалы поведения в детско-родительском конфликте К.Мебер и М.Строс	Диагностика наличия физического и психологического насилия в семье от 4 до 10 лет	Шкала исследует методы, которые используют родители при воспитании ребенка в ситуации детско-родительского конфликта	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
63.	«Шкала привязанности ребенка к членам своей семьи» А.И.Баркан	Выявление особенностей жизни ребенка в семье с 4 лет	Предназначен для выявления внутрисемейных отношений, симпатий и предпочтений ребенком членов семьи в различных ситуациях, состоит из 10 неоконченных предложений, последовательно предъявляемых ребенку. Опросник должен использоваться в комплексе с	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

			анализом рисунков «Моя семья», «Семья, которую я хочу»	
64.	Шкала семейной адаптации и сплоченности (FACES-3), Э.Г. Эйдемиллер	Диагностика семейных отношений от 10 до 18 лет	Методика предназначена для оценки семейной сплоченности и семейной адаптации	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям» БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
65.	Шкала определения уровня депрессии	Диагностика сниженного настроения и депрессивного состояния с 18 лет	Опросник разработан для дифференциальной диагностики депрессивных состояний и состояний, близких к депрессии, для скрининг-диагностики при массовых исследованиях и в целях предварительной, доврачебной диагностики.	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
66.	Комплексная оценка психологического состояния	граждане, находящиеся в трудной жизненной ситуации	Оценка психо-эмоционального состояния гражданина, выявление личностных ресурсов для разрешения ТЖС	БУ «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения»
67.	Кризисное консультирование	граждане, находящиеся в трудной жизненной ситуации	Определение причин возникновения ТЖС, работа с психологическим состоянием гражданина, направленная на разрешение ТЖС	БУ «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения»
<b>2. Социальные программы (программно-целевые продукты)</b>				
<b>Комплексная программа по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних «Любите тех, кто рядом».</b> <b>Цель:</b> предупреждение возникновения факторов риска проявления жестокого обращения,		Первичная профилактика жестокого обращения, насилия в семье в отношении несовершеннолетнего; повышение уровня родительской компетентности в вопросах воспитания. <b>Целевая группа:</b>	Содержание программы предусматривает проведение работы по следующим направлениям: правовое и психолого-педагогическое просвещение родителей; повышение правовой грамотности несовершеннолетних;	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

<p>В том числе насильственных действий в отношении несовершеннолетних в семье путем информационно-просветительской деятельности благополучных семей</p>	<p>несовершеннолетние, их родители (законные представители) из функциональных семей</p>	<p>участие членов семей в совместных видах деятельности;  обеспечение межведомственного взаимодействия по первичной профилактике насилия в семье в отношении несовершеннолетних.  Данная программа направлена непосредственно на несовершеннолетних и их родителей (законных представителей, лиц их заменяющих).  Программа включает 4 блока:  - профилактическая работа с родителями (законными представителями, лицами, их заменяющими);  - профилактическая работа с несовершеннолетними;  - информационно-просветительская работа (буклеты, листовки, брошюры, статьи), направленная на пропаганду семейных ценностей, положительного опыта семейного воспитания; формирование ценностей ответственного родительства;  - организация и проведение совместных мероприятий несовершеннолетних с их родителями (законными представителями, лицами, их заменяющими)</p>	
<p><b>Комплексная программа по вторичной профилактике</b></p>	<p>Программа направлена на раннее выявление причин семейного</p>	<p>Семейно-ориентированный подход является основополагающим в</p>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и</p>

<p><b>насилия в семье «Карточный домик».</b>  <b>Цель:</b> профилактика семейного неблагополучия как одного из факторов возникновения насилия</p>	<p>неблагополучия, оказание комплексной помощи семье на основе межведомственного взаимодействия субъектов системы профилактики и организации индивидуальной социально-психологической работы с членами семьи по предупреждению домашнего насилия.  <b>Целевая группа:</b> семьи «группы риска» (многодетные, малообеспеченные, неблагополучные, асоциальные, семьи выпускников центров помощи детям, оставшимся без попечения родителей), отдельные ее члены, подвергшиеся насилию в семье</p>	<p>решении проблемы насилия в семьях «группы риска». Комплексные мероприятия Программы, направленные на вторичную профилактику насилия в семье, снимают и снижают взаимную агрессивность, смягчают фрустрационные состояния членов семьи, создают благоприятные условия для разрешения межличностных конфликтов, активизируют поиск способов преодоления кризисов и формирования взаимопонимания в семье</p>	<p>детям»</p>
<p><b>Комплексная программа третичной профилактики насилия в семье «ЛАДЬЯ».</b>  <b>Цель:</b> оказание помощи гражданам, подвергшимся домашнему насилию, с целью снижения посттравматических последствий и формирования адекватной самооценки</p>	<p>Уменьшение и устранение травматических переживаний (реакций), связанных с домашним насилием  <b>Целевая группа:</b> семьи, отдельные ее члены, подвергшиеся домашнему насилию</p>	<p>В рамках программы третичной профилактики насилия в семье «ЛАДЬЯ» формируется межсекторальная команда с целью организации межведомственного взаимодействия. Работа с жертвой домашнего насилия подразделяется на 5 блоков:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Индивидуальная работа с жертвой домашнего насилия.</li> <li>2. Групповая работа с членами семьи жертвами домашнего насилия.</li> <li>3. Групповая работа с жертвами домашнего насилия.</li> <li>4. Работа с агрессорами.</li> </ol>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</p>

<p><b>Программа психолого-педагогического сопровождения замещающих семей «Теплый дом».</b>  <b>Цель:</b> создание благоприятных психолого-педагогических условий для семейного воспитания детей в замещающих семьях, предупреждения жестокого обращения, вторичных возвратов ребенка в учреждение</p>	<p>Выявление проблемных зон функционирования замещающей семьи, организация и оказание своевременной социальной психолого-педагогической помощи.  <b>Целевая группа:</b> опекуны, попечители, приемные родители, опекаемые дети</p>	<p>5. Социальное партнерство  Организация психолого-педагогического сопровождения замещающих семей с целью предупреждения жестокого обращения, вторичных возвратов ребенка в государственные учреждения</p>	<p>БУ «Нефтеюганский комплексный центр социального обслуживания населения»</p>
<p><b>Программа «Психологическая мастерская позитивного родительства».</b>  <b>Цель:</b> повышение уровня психолого-педагогических знаний у родителей, предупреждение возможных нарушений детско-родительских отношений, профилактика девиантного поведения ребенка, повышение родительской мотивации к решению проблем.</p>	<p>Повышение уровня знаний родителей в режиме активного взаимодействия с аудиторией в форме «вопрос-ответ» живого и открытого диалога.  <b>Целевая группа:</b> родители учащихся образовательных учреждений города</p>	<p>Психолого-педагогическое просвещение родителей</p>	<p>БУ «Нефтеюганский комплексный центр социального обслуживания населения»</p>
<p><b>Программа «Возрождение».</b>  <b>Цель:</b> комплексная реабилитация семей, находящихся в социально опасном положении или трудной жизненной ситуации</p>	<p>Выведение семьи из состояния неблагополучия, интеграция семьи в здоровое общество с ориентацией на здоровый образ жизни, восстановление ее социального статуса</p>	<p>Выявление и реабилитация семей, находящихся в социально опасном положении, в трудной жизненной ситуации</p>	<p>БУ «Нефтеюганский районный комплексный центр социального обслуживания населения»</p>
<p><b>Программа «Фарватер».</b>  <b>Цель:</b> правовое воспитание,</p>	<p>Цели программы:  - правовое воспитание</p>	<p>Направлена на формирование навыков законопослушного</p>	<p>БУ «Нефтеюганский районный комплексный центр</p>

<p>формирование навыков законопослушного поведения и ведения здорового образа жизни среди несовершеннолетних Нефтеюганского района.</p>	<p>несовершеннолетних, формирования правовой культуры, правового поведения у учащихся образовательных учреждений Нефтеюганского района, - коррекция поведения, внутриличностных установок у несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом, - формированию навыков законопослушного поведения и ведения здорового образа жизни у несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом</p>	<p>поведения и ведения здорового образа жизни среди несовершеннолетних, их правовое просвещение и воспитание</p>	<p>социального обслуживания населения»</p>
<p><b>Программа «Вектор помощи» комплексного сопровождения семей, находящихся в социально-опасном положении.</b> <b>Цель:</b> оказание содействия семьям, оказавшимся в социально-опасном положении и находящимся на грани социально-опасной ситуации, в их успешной социальной реабилитации и адаптации в современных условиях, психолого-педагогическая поддержка таких семей через систему мероприятий по различным направлениям сопровождения</p>	<p>1. Работа с родителями или семьями, находящимися в социально-опасном положении, координация деятельности всех органов и учреждений по профилактике безнадзорности и беспризорности несовершеннолетних. 2. Социально-правовое сопровождение. 3. Социально-педагогическое сопровождение. 4. Социально-психологическое сопровождение. <b>Целевая группа:</b> семьи, находящиеся в социально опасном положении и находящиеся на грани социально опасной</p>	<p>Реализация программы направлена на оказание содействия семьям, оказавшимся в социально-опасном положении и находящимся на грани социально опасной ситуации в их успешной социальной реабилитации и адаптации в современных условиях, психолого-педагогическая поддержка таких семей через систему мероприятий по различным направлениям сопровождения, а так же на развитие системы сопровождения семей, оказавшихся в социально-опасном положении и находящихся на грани социально опасной ситуации, оказание содействия в их успешной социальной реабилитации и</p>	<p>БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»</p>



	ситуации	адаптации в современных условиях, психолого-педагогическую поддержку таких семей	
<p><b>«Школа ответственного родительства»</b> программа семейного клуба для родителей и детей, из числа семей группы риска.</p> <p><b>Цель:</b> профилактика нарушения прав и законных интересов детей в семье через повышение родительской компетентности и содействие улучшению детско-родительских отношений в семьях группы риска</p>	<p>1. Социально-педагогическое: активизация творческого потенциала семьи, поддержка совместных форм проведения досуга).</p> <p>2. Социально-психологическое: повышение культуры родительства, восстановление и укрепление традиций семейного воспитания, оказание помощи родителям в нормализации межличностных внутрисемейных отношений, профилактика семейного неблагополучия, предупреждение жестокого обращения с детьми в семье).</p> <p>3. Социально-правовое: повышение уровня юридической грамотности, консультирование по вопросам получения мер социальной поддержки).</p> <p><b>Целевая группа:</b> дети из семей группы риска, состоящие на патронажном учете и их родители</p>	<p>Реализуется в интерактивной форме в условиях социально-педагогического клуба, направленного на повышение психолого-педагогической культуры семьи. Специфика социально-педагогической деятельности в клубе выражается в том, что это специально организованный процесс, в котором совместные усилия родителей, специалистов разных сфер в условиях социума, направлены на процесс повышения психолого-педагогической культуры семьи группы риска. Программа родительского клуба «Семейный очаг» ориентирована на применение широкого комплекса воспитательных мер, основанных на стремлении к конструктивному взаимодействию, ценностных ориентациях, родительских установках, чувствах, отношениях, позициях и родительской ответственности, способствующих формированию гармоничного стиля семейного воспитания</p>	<p>БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»</p>

<p><b>Комплексная программа</b> по повышению родительской компетентности взрослого населения г. Югорска в условиях отделения психолого-педагогической помощи семье и детям «КОМПАС»</p> <p><b>Цель:</b> психологическая поддержка, повышение уровня психолого-педагогической компетентности родителей в сфере возрастной психологии и педагогике</p>	<p>Психологическая поддержка, повышение уровня психолого-педагогической компетентности родителей в сфере возрастной психологии и педагогике</p>	<p>Обучение приемам и способам продуктивного взаимодействия родителей с детьми, умению использовать основы психолого-педагогических знаний в повседневной жизни. Повышение уровня социально-правовых знаний родителей по вопросам трудового, семейного и гражданского законодательства</p>	<p>БУ «Югорский комплексный центр социального обслуживания населения»</p>
<p><b>3. Информационно-разъяснительная продукция (буклеты, памятки, листовки, брошюры)</b></p>			
<p>«Твой возраст – твои права»</p>	<p>буклет для несовершеннолетних</p>	<p>Информация о правах детей от рождения до наступления совершеннолетия</p>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</p>
<p>«Приемы конструктивного взаимодействия родителей с детьми»</p>	<p>буклет для родителей</p>	<p>Описываются основные принципы взаимодействия родителей и детей, позитивные возможности для родителей</p>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</p>
<p>«Семья – основа общества»</p>	<p>буклет для родителей</p>	<p>Коротко описывается содержание ст.54 Семейного кодекса РФ о правах ребенка; даны рекомендации родителям по сохранению в семье благоприятной психологической обстановки; информация об ответственности родителей за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по воспитанию детей</p>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»</p>
<p>«Обязанность и ответственность родителей»</p>	<p>буклет для родителей</p>	<p>Описывается содержание ст.60, 63, 65 Семейного кодекса Российской</p>	<p>БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и</p>

		Федерации «Об основных правах и обязанностях родителей»; ст.156 Уголовного кодекса Российской Федерации «Об ответственности родителей за неисполнение родительских обязанностей». Даны советы родителям по взаимодействию с ребенком.	детям»
«Ошибки семейного воспитания»	буклет для родителей	В буклете раскрываются основные ошибки родителей в воспитании детей, что можно и чего нельзя говорить детям	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
«11 заповедей для родителей от итальянского педагога Марии Монтессори»	памятка родителям	Заповеди успешного воспитания	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
«10 шагов, чтобы стать хорошим родителем»	буклет для родителей	Советы родителям, которые помогут бесконфликтно общаться с ребенком	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
«Воспитание без насилия»	буклет для родителей	Физическое наказание. Если без наказания нельзя обойтись, то каких правил нужно придерживаться	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
«Нет жестокости и насилию в мире детства»	памятка для родителей	Формы жестокого обращения с детьми; признаки физического насилия; характерные признаки ребёнка, пережившего насилие и жестокое обращение; родителям о наказании; «Как предотвратить жестокое обращение с ребенком (советы родителям)»	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
«Как понять своего ребенка (рекомендации родителям)»	буклет для родителей	Принципы доверительного общения с ребенком	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
«Восемь надежных приемов	памятка для родителей	Основные приемы снятия стрессов	БУ «Сургутский центр

снятия стресса»			социальной помощи семье и детям»
«12 заповедей для родителей»	памятка для родителей	Итальянский педагог сформулировала краткие заповеди-напоминания для родителей.	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
«Советы родителям. Метод естественных последствий»	памятка для родителей	Что такое метод естественных последствий, плюсы метода	БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
«Профилактика жестокого обращения с детьми»	буклет для родителей	Предотвращение жестокого обращения с детьми	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Как предупредить насилие»	памятка для родителей	Предотвращение насилия в семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Детство без жестокости и семьи»	буклет для родителей	Предотвращение жестокого обращения с детьми	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Психологическая помощь семье и детям»	буклет для родителей и детей	Предотвращение насилия и жестокого обращения в семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Что такое жестокое обращение»	брошюра для родителей	Предотвращение жестокого обращения в семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Берегите своих детей...»	памятка для родителей	Предотвращение насилия и жестокого обращения над детьми	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Мы против насилия»	листовка для родителей	Предотвращение насилия в семье	БУ «Пыть-Яхский районный

			комплексный центр социального обслуживания населения»
«Десять правил семейной жизни»	памятка для родителей	Гармонизация отношений в семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Виды насилия»	памятка для родителей	Предотвращение насилия в семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Нормативно-правовые основы защиты детей от жестокого обращения»	буклет для родителей буклет для родителей	Ознакомление родителей с правовыми документами по вопросам защиты прав детей, профилактике жестокого обращения с несовершеннолетними, насилия в отношении детей.	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Стоп насилие»	брошюра для населения	Предотвращение насилия в семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
Буклет «Самовольные уходы: мотивы, причины, способы реагирования»	буклет для родителей	Профилактика самовольных уходов из семьи	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
Памятка для женщин, пострадавших от домашнего насилия «Выход есть всегда»	памятка для женщин	Предотвращение насилия и жестокого обращения в семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»
«Как предупредить насилие»	памятка для родителей	Предотвращение насилия в семье	БУ «Пыть-Яхский районный комплексный центр социального обслуживания населения»

«Насилие над детьми»	буклет для родителей	Описание форм и видов насилия, правил безопасного поведения ребенка вне семьи	БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
«Ответственность за жестокое обращение с детьми»	листовка для родителей	Информирование о мерах административной, уголовной, гражданско-правовой ответственности родителей и законных представителей за жестокое обращение с детьми.	БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
«Жестокое обращение с детьми: что это?»	буклет для родителей	Раскрывает вопрос о детях, воспитывающихся в семьях, где жестокое обращение с детьми в семье включает в себя любую форму плохого обращения, допускаемого родителями или другими членами семьи ребенка, опекунами, приемными родителями	БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
«Профилактика насилия»	памятка для родителей	Затронуты темы: Что такое насилие? Виды насилия. Где может совершаться и что делать, если происходит насилие в семье	БУ «Сургутский районный центр социальной помощи семье и детям»
«6 важных причин научить ребенка говорить: «Нет»		Научить отказывать — это в первую очередь повышение личной безопасности «Нет» — не глупость, если отказываешься и думаешь своей головой. «Нет» — не непослушание, право на выбор есть у всех. «Нет» — не противозаконно: в Конституции РФ записаны наши права и свободы, в том числе свобода на собственное мнение.	БУ «Лангепасский комплексный центр социального обслуживания населения»
«Воспитание ненасилием в семье»	памятка для родителей		БУ «Лангепасский комплексный центр социального обслуживания населения»
«Правила бесконфликтного общения с подростком»	памятка для родителей		БУ «Лангепасский комплексный центр социального обслуживания населения»

			населения»
«Отделение помощи гражданам»	брошюра для родителей	Информационный буклет о работе кризисного отделения помощи гражданам с контактными данными специалистов	БУ «Сургутский комплексный центр социального обслуживания населения»

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агрессия и психическое здоровье /Под ред. Т. Б. Дмитриевой, Б. В. Шостаковича. - СПб., 2002.
2. Бардышевская М.К. Дети с недостатком эмоциональных привязанностей. Очерки о развитии детей, оставшихся без родительского попечительства. – М.: ТОО «Симе», 1995.
3. Боулби Джон. Привязанность. - М.: Гардарики, 2003. - 477с.
4. Братусь Б.С. Аномалии личности. - М.: Мысль, 1988. - 301, [2] с.
5. Верникова Н. Метафорические ассоциативные карты – универсальный инструмент для МАКсимальных результатов. Практическая психология. - г.Винница: ЧП «Эдельвейс и К», 2014г., 124с.
6. Гарбузов В.И. Неврозы у детей и их лечение: монография / В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Д.Н. Исаев. - Ленинград: Медицина, 1977. - 272 с.
7. Гондолф Эдвард В. Появление программ для мужчин, совершающих насилие, и систем вмешательства // Серeda М. В. Рабочие материалы курса повышения квалификации «Групповое и индивидуальное консультирование мужчин, прибегающих к насилию в семье и желающих изменить поведение». СПб., 2015. С.127–139.
8. Джудит С. Райкус, Рональд С. Хьюз, Социально-психологическая помощь семьям и детям групп риска. - М.: Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения. - 2010. - 92-95с.
9. Доморацкий В. А. Краткосрочные методы психотерапии; Психотерапия - М., 2008. - 304 с.
10. Домашнее насилие: социально-правовой аспект. Учебно-методическое пособие под общей редакцией Е.Н. Ершовой, при участии С.Г. Айвазовой. Издание 3-е, дополненное и переработанное. М., – 2013. – 194с.
11. Дусказиева Ж.Г., Психодиагностика и психокоррекция семьи.
12. Касаткин Д. ЮНЕСКО. Защита прав детей. // Азия и Африка сегодня. – 1999. – № 5. – С. 8-9.
13. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. — Речь, 2007. — 336 с.
14. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.В Киселева. – СПб.: Речь, 2014. – 160с.
15. Крэйхи.Б. Социальная психология агрессии. – СПб.: Питер, 2003 – 336 с.: ил. – (серия «Концентрированная психология»).
16. Кьелл Рудестам. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. – СПб, 1998.
17. Лангмейер Й., Матейчек З. Психическая депривация в детском возрасте. - Прага Авиценум, 1984. - 335 с.
18. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. - М.: Педагогика, 1986. - 144 с.



19. Лютова Е.К., Молина Г.Б., Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. -190 с.
20. Малкина-Пых И.Г., Семейная терапия. - М.: Изд-во Эксмо, 2006. - 992с.
21. Марковская И.М., Тренинг взаимодействия родителей с детьми. – СПб.: Речь, 2006. – 150с.
22. Матвеева Б.Р., Развитие личности подростка: программа практических занятий. Методическое пособие. – СПб.: Издательство «Речь», 2007. – 176 с.
23. Мухина В.С. Детская психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов. Под ред. Л. А. Венгера. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Просвещение, 1985. - 272 с.
24. Мясищев В.Н. Личность и неврозы. - Ленинград, Издательство ленинградского университета, 1960. - 428 с
25. Навайтис Г. Семья в психологической консультации / Гедиминас Навайтис. — М.: МПСИ; Воронеж — МОДЗК, 1999. — 224
26. Оберг Х., Исьемин А. Психологическая работа с мужчинами, склонными к домашнему насилию и желающими изменить свое поведение// Середя М.В. Рабочие материалы курса повышения квалификации «Групповое и индивидуальное консультирование мужчин, прибегающих к насилию в семье и желающих изменить поведение». СПб., 2015. С. 167–191.
27. Осипова А. А. Общая психокоррекция. Учебное пособие / А. А. Осипова. – М: Сфера, 2002. - 510 с.
28. Ослон В.Н., Ребенок в неродной семье: психологические проблемы усыновителей / В. Н. Ослон // Защити меня! - 2008. - № 1. –С. 38-39.
29. Петровский В. А. Метод: транзактный анализ [Электронный ресурс] / В. А. Петровский.
30. Предупреждение жестокого обращения и сексуального насилия в отношении детей. Сборник передовых практик и рекомендаций / сост. под общ. ред. Амели Кук (Бисе, Бельгия), 2013. – 111с.
31. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Психология сиротства. - СПб, Питер, 2005.
32. Профилактика домашнего насилия: пособие для учителей учреждений общего среднего образования с русским языком обучения / Н. Н. Яковлева [и др.]. – Минск: Четыре четверти, 2015. – 148 с.
33. Профилактическая работа и проведение мероприятий в условиях образовательных организаций ХМАО – Югры, направленных на предупреждение насилия над детьми и преступлений против половой и физической неприкосновенности несовершеннолетних: методические рекомендации / сост. С. А. Мельникова, под общ. ред. И. А. Журавлевой; автономное учреждение дополнительного профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Институт развития

образования». – Ханты-Мансийск: Институт развития образования, 2018. – 82 с.

34. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга. – СПб.: Издательство «Речь», 2007. – 224 с.

35. Рудестам К. Групповая психотерапия - СПб, Питер Ком, 1999.

36. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети. Основы диагностической и коррекционной работы психолога. - М.: АРКТИ, 2003.

37. Соколова, Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. - Москва.: Издательство Московского университета, 1989. – 215 с.

38. Справочник практического психолога: Психотерапия / сост. С.Л. Соловьева. – М.: АСТ, 2005. - 575 с.

39. Стратегия борьбы с насилием в семье: справочное руководство ООН. NY, 1998.

40. Стюарт Я. Современный транзактный анализ / Я. Стюарт, В. Джойнс. – СПб.: Социально-Психологический Центр, 1996. – 332 с.

41. Сулим С. Как в России реабилитируют мужчин-домашних насильников [Электронный ресурс] – Интернет: <https://meduza.io/feature/2017/03/28>.

42. Тарарина Е. Научно-методическое пособие: Арт-кухня: волшебные рецепты. – Луганск: Элтон-2, - 140 с.

43. Тарарина Е. Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера. Научно-методическое пособие. – Луганск: Элтон-2, - 160с.

44. Фихнер Т. Ю. Проблемы воспитания детей. М., – 2007. – С. 48-52.

45. Шипицина Л.М., Иванова Е.С. Развитие личности ребёнка в условиях материнской депривации. СПб.: ЛОГУ, 1997.

46. Энциклопедия глубинной психологии. Том 2. Новые направления в психоанализе. Психоанализ общества. Психоаналитическое движение. Психоанализ в Восточной Европе. Пер. с нем. / под ред. А. М. Боковикова. – М.: Когито-Центр, 2001. – 752 с.



*бюджетное учреждение  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Сургутский центр социальной помощи  
семье и детям»*