|  |
| --- |
| **Рекомендации родителям (но многое подойдет и педагогам и вожатым) подростков из неформальных молодежных объединений.**  В нашей стране существует множество неформальных групп,  объединяющих детей, подростков, юношей, да и взрослых. Зачастую участие в таких группах не приносит радости и спокойствия в семье. И если к таким молодежным субкультурам, как панки и металлисты, мамы с папами уже более или менее привыкли, то недавно появившиеся у нас в стране готы, эмо и другие неформальные объединения многих по-настоящему пугают. Но так ли обоснованы Ваши родительские опасения?  Чаще всего первая реакция родителей – это шок. Пугает буквально все: и новый имидж, и непонятная музыка. Еще сильнее настораживает манера общения и незнакомая компания, с которой сдружился ребенок.  Как строить свои отношения с изменившимся подростком, требующим все больше независимости? Как понять его увлечение?  Соответственно, профилактические действия со стороны родителей могут быть такими:  Чего НЕ делать ни в коем случае  • Не паниковать и не бояться. Молодежные субкультуры существовали в том или ином виде всегда. Причем не только для того, чтобы позлить взрослых. Неформальные объединения нужны молодежи для общения, самовыражения, развития.  • Не запрещать. Очень опасно открыто противодействовать, запрещать и требовать от ребёнка не вступать в неформальные организации или срочно уходить из них – ведь это может вызвать у подростка только дополнительное сопротивление и ещё большее желание принадлежать к организации!  • Не игнорировать. Это может оказаться еще хуже запретов. Пусть  подросток знает, что вы в курсе его увлечений: что-то вас устраивает, что-то не очень. Иначе подросток может подумать, что он вам безразличен.  • Не оскорблять кумиров подростка. В этом возрасте даже фраза  «Выключи эту ерунду» может вызвать обиду и как следствие бурю  агрессии. Подросток может это воспринять не как ваше желание  отдохнуть от грохота музыки, а как неуважение к себе, как желание  оскорбить и задеть. Лучше сначала поинтересоваться, что эта за группа, и лишь потом сказать, что вы устали, и попросить сделать потише.  • Не обвинять во всех смертных грехах. Высказывания из серии «Все неформалы – преступники и алкоголики» не только обидны, но еще и неверны. Пагубные привычки и преступления не зависят от любимой музыки и внешнего вида.  • Не преуменьшать важности подросткового увлечения. Мол, это у тебя скоро пройдет, перерастешь, перебесишься. Даже, если это верно, подросток все равно вам не поверит и будет настаивать, что это навсегда.  Кстати, некоторые подростковые хобби и увлечения в будущем могут перерасти в профессию.  Можно и нужно  • Собирать информацию. Узнайте о субкультуре, к которой примкнул подросток, что-то новое и поделитесь этой информацией с ним. А лучше – займитесь совместным веб-серфингом: поищите нужную информацию в Интернете вдвоем. Это сблизит вас, а заодно и развеет многие накопившиеся страхи.  • Обсуждайте все свои опасения и сомнения с подростком. Используйте при этом «Я – сообщения», например: «Я беспокоюсь, что…» или «Меня волнует…», а не «Ты плохо себя ведешь», «Ты не прав». Не бойтесь спросить у подростка, если чего-то не знаете или не поняли из его объяснений. В таком разговоре важно не только умение аккуратно задавать вопросы, но и умение слушать не перебивая.  • Быть внимательным и чутким. Важно помнить, что подростку бывает не менее страшно, больно или обидно, чем малышу. А ваше внимание, понимание и любовь в этот сложный период нужны ему даже больше, чем когда он был маленьким.  • Использовать увлечение подростка ему во благо. Он увлекается  экстремальными видами спорта. Замечательно. Это повод поговорить о здоровом образе жизни. И теперь подобный разговор скорее всего не будет воспринят как нудные нотации и пустое сотрясание воздуха. Любит рок, особенно – англоязычный. Тоже отлично. Практически любой подросток с удовольствием переведет и выучит текст песни, чтобы затем подпевать любимой группе. Приятное с полезным: и развлечется, и английский подтянет.  • Выбрать вместе с подростком атрибутику с символикой. Это будет  актом признания его права на самоопределение и самовыражение.  • Рассказать о том, чем сами увлекались в молодости. Этим вы  покажете, что понимаете его страсть к музыке, спорту и т.д. даже если подросток назовет все это «нафталином», он поймет, что у вас с ним больше сходств, чем различий.  • «Всё проходит, и это пройдёт». Важно помнить о временности всех явлений. Или просто понять, что это просто период, и что он пройдёт, как и все остальные периоды в жизни ребёнка. А в это время, стараться не заострять внимания на том «что не так», а наоборот, больше поддерживать и любить своего ребёнка. Помните, что поддержка, доверие и вера родителей в его личные силы – максимально важны для любого человека, особенно в «переходном» возрасте.  • Выяснить где «пробел» в отношениях. Можно просто напрямую  спросить «что там есть такого, что тебя туда так тянет?». В  эмоциональном разговоре подросток сам расскажет, что делать. Точнее, с большой вероятностью, скажет, что там, где он «вечно пропадает» есть такого, чего ему не хватает дома. А это уже важная информация для размышления родителей и принятия решений в отношении собственного поведения и обращения с детьми. |
| Памятка о воспитании подростков Не ставьте на подростке «крест», ведь его обостренное самолюбие и социальная позиция — это результат «трудного возраста». Любите подростка и принимайте его таким, как он есть — со всеми его достоинствами и недостатками. Опирайтесь на лучшее в подростке, верьте в его возможности. Стремитесь понять подростка, заглянуть в его мысли и чувства, ставьте себя на его место. Создайте условия для успеха ребенка-подростка, дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым. Не сравнивайте подростка с другими детьми. Помните, что каждый ребенок уникален и неповторим. Не унижайте и не оскорбляйте подростка (особенно в присутствии сверстников). Будьте самокритичными, принципиальными, старайтесь настолько укрепить доверие подростка, чтобы он делился с Вами своими возможными неприятностями и переживаниями |
| Адресное профилактическое воздействие оказывается комплексно и включает в себя следующие этапы:  1. Просветительская работа, в отношении религиозных культур. Беседы с подростками о круге их общения, времяпрепровождении, о их чувствах, настроении, тревогах. Обсуждение сложившейся в мире острой политической, социально-экономической ситуации. Рассмотрение особенностей протекания межэтнических и межрелигиозных конфликтов и отношений. Психика подростка достаточно неустойчива, ему трудно разобраться в перипетиях социальной ситуации, сложившейся в мире, что является благодатной почвой для представителей экстремистских групп, трактующих определенные события в пользу своей идеологии |
| 2. Консультирование.  Индивидуальное консультирование предполагает:  – оказание помощи и создание условий для развития личности; развитие способности к целеполаганию, самостоятельности, отстаиванию своей позиции;  – формирование установок, направленных на позитивное восприятие окружающего мира, этнического и конфессионального многообразия.  Групповое консультирование включает в себя:  – информирование всех участников образовательной деятельности о возрастных особенностях подросткового возраста, с целью создания адаптивной среды, позволяющей обеспечить полноценную интеграцию и личностную самореализацию в образовательной организации;  – проведение мероприятий, направленных на формирование  патриотического, антиэкстремистского и антитеррористического сознания обучающихся. |
| 3. Коррекционная работа (индивидуальная и групповая) – организация работы, прежде всего, с обучающимися группы «колеблющиеся», имеющих проблемы в поведении и личностном развитии (выявленные в процессе диагностики) |
| К одному из наиболее эффективных видов работы относится проведение тренинговых занятий. В рамках тренинга применяются активные методы групповой работы, позволяющие успешно решать психологические проблемы возрастного развития подростка, которые педагогу не удается решить другими способами.  Тренинговая работа сопровождается созданием доверительной  атмосферы и общением в неформальной обстановке, изменением сознания подростка через общение с другими, а также усвоением новых знаний и навыков деятельности. Соблюдение этих условий позволяет решать следующие задачи:  – повышение уровня информированности подростков в области  профилактики восприятия идеологии терроризма и экстремизма;  – изменение отношения подростков к появлению и развитию негативных явлений;  – развитие коммуникативных навыков, формирование позитивной  самооценки, уверенности в себе, лидерских качеств и др.  В процессе тренинговых занятий у подростков развиваются такие важные качества, как:  – самоуважение;  – уважение к людям независимо от национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности и индивидуальных особенностей;  – умение преодолевать внутреннее беспокойство;  – эмпатия;  – рефлексия;  – уметь доверять и доверяться.  В рамках тренинга могут применяться ролевые игры, представляющие собой сценки произвольного характера, отражающие модели жизненных ситуаций. В ролевых играх участникам предоставляется возможность:  – показать существующие стереотипы реагирования в тех или иных  ситуациях;  – разработать и использовать новые стратегии поведения;  – отработать, пережить свои внутренние опасения и проблемы. |
| Упражнение «Что такое толерантность?»  Работа в группах «Прочитайте приведённые высказывания выдающихся  людей о толерантности и обсудите их:  – с помощью примеров этого утверждения;  – что для автора значит понятие «толерантность» (определите одним или  несколькими словами);  – согласны ли вы с автором этого высказывания.  Карточка 1. Достоинство человека заключается в том, чтобы любить  того, кто его обижает (Марк Аврелий, древнеримский император и философ).  Карточка 2. Нам нужны реформы, а не революции. Нам нужно  толерантное, усовершенствованное, более человечное общество. А. Сахаров, советский ученый в отрасли ядерной физики.  Карточка 3. Ваше мнение для меня глубоко враждебно, но за Ваше право его высказать я готов отдать свою жизнь. Вольтер, французский философ эпохи Просвещения. |
| Упражнение «Странный человек»  Возраст: любой.  Цели:  ‒ актуализировать и проработать чувства, которые возникают у  участников при встрече с непохожими на них людьми;  ‒ дать участникам возможность увидеть положительные стороны такой встречи;  ‒ дать участникам возможность «общения» с непохожими на них людьми в безопасной обстановке.  Ход занятия:  1. Сидя в кругу, попросите участников вспомнить случай, когда на улице или в общественном месте они увидели человека, не похожего на всех остальных. Постарайтесь навести их на мысль о представителях различных меньшинств (цыганах, таджиках, гомосексуалистах и т. д.). Пусть участники поделятся своими историями с группой и расскажут не только про необычных  людей, но и про то, как на них реагировали окружающие. Попросите участников также описать их собственные чувства.  2. Попросите каждого из участников придумать человека, который будет ему полной противоположностью.  Какой этот человек?  Как он выглядит? Какой он национальности?  Сколько ему лет? Какая у него религия?  Чем он занимается? Как он проводит свободное время?  Что он любит? Чего он не любит? Где он живет?  Какой у него характер? Какая у него семья?  Пусть участники нарисуют придуманных людей или опишут их на бумаге (решите сами, что больше подойдет вашей группе).  Позвольте нескольким или всем участникам (в зависимости от размеров группы) представить своего «странного человека». Задайте им дополнительные вопросы: Почему ваш «странный человек» стал непохожим на вас? Как вы к нему относитесь? Какие чувства вы бы испытали, если бы встретились с ним?  Теперь попросите всех участников найти три вещи, которые могут быть общими у них со «странным человеком».  Обсуждение:  Как люди обычно реагируют на тех, кто на них непохож? Почему? Что бы было, если бы все люди были похожи друг на друга? Непохожие на нас люди кажутся нам странными. А мы им? Что может принести нам общение с непохожими на нас людьми? |
| Упражнение «За и против»  Цель: Выявить пользу и вред стереотипов.  Этапы игры:  Упражнение состоит в том, что по кругу высказываются участники о пользе и вреде стереотипов в жизни личности и общества, продолжая одну из следующих фраз:  «Стереотипы необходимы, потому что…»  «Стереотипы мешают, потому что…» |
| Упражнение «Картофель»  Часто бывает так, что мы воспринимаем какую-нибудь группу, например этническую, как целое и не задумываемся над тем, что каждый её представитель – уникальный и неповторимый. Например, нам может казаться, что у всех китайцев одинаковое лицо, что все немцы – занудные педанты, а финны – молчуны. Но если мы познакомимся ближе с конкретным человеком из этой группы, больше узнаем о нём, то его индивидуальность и  неповторимость станут очевидными. Давайте попробуем проиллюстрировать уникальность всего существующего на практике. Вряд ли кто-нибудь считает, что килограмм картофеля обладает уникальностью. Возьмите каждый себе по картофелине.  Рассмотрите её очень внимательно, выясните её «особые приметы». На выполнение задания дается 1 минута. Потом картошка перемешивается.  Каждый должен найти «свою» картофелину и описать ее. |
| Упражнение «Как проявлять толерантность?»  Проанализируйте ситуацию, выберите свой вариант ответа и объясните его. Дайте определение понятию «граница терпимости».  Ситуация 1. У Дмитрия нетипичная для мальчика причёска – слишком длинные волосы. Как должны относиться к этому те, кому такой стиль не нравится? Варианты ответа:  Постоянно, в резкой форме советовать изменить причёску.  Исходить из того, что человек имеет право на самовыражение и может делать что угодно со своими волосами.  Ситуация 2. Оксана часто пропускает уроки без уважительных причин. Как к этому относиться? Варианты ответа:   – Осуждать эти поступки ученицы.   – Считать, что это – личное дело Оксаны и не вмешиваться.   – С пониманием относиться к проблеме Оксаны, постепенно побуждая её к учёбе.  Ситуация 3. Вадим постоянно проявляет неуважение к другим, плохо относится к своим товарищам. Как быть? Варианты ответа:   – Пытаться избегать общения с Вадимом.   – Отвечать грубостью на грубость.   – «Глотать» обиды. |
| Упражнение «В чем мы похожи?»  Участники садятся по кругу. Ведущий выбирает из учеников одного, похожего на него какой-либо реальной или воображаемой чертой, и приглашает его в центр круга. Избранный обращается к кому-нибудь из участников по такому же принципу, но уже по другому признаку. Так продолжается до тех пор, пока все участники не окажутся в центре круга. |
| Упражнение «Белая ворона».  Цель: развитие способности видеть (отмечать) и ценить  индивидуальность других людей. Ведущий предлагает одному из участников на некоторое время стать не таким, как все. Для этого ему необходимо делать всё противоположное тому, что делает группа. Группа повторяет все движения ведущего, например, поднимает руки, а «белая ворона» – опускает; если все смеются – «белая ворона» хмурится и т. д. Через некоторое время ведущий говорит: «Это очень сложно – быть не таким, как все. Кто будет ему помогать?»  Так появляются две «белые вороны». Потом их становится больше. Когда к «белой вороне» присоединится большинство, упражнение заканчивается. |
| Упражнение «Я – это ты. Ты – это я»  Цель: Осознание собственной идентичности.  Участники тренинга делятся на пары и рассказывают друг другу обо  всем, что считают необходимым за определенный промежуток времени.  Партнеры могут задавать друг другу любые вопросы. После общения в парах  участники представляют друг друга взаимно, обмениваясь ролями.  Обсуждение игры:  1. Что легче сделать: рассказать о себе или о других?  2. Как Вы себя чувствовали, когда Вы представляли партнера?  3. Как Вы себя чувствовали, когда Вас представлял партнер?  4. В каких случаях мы чувствуем стеснение, а в каких – уверенность. |
| Упражнение «Учимся ценить индивидуальность»  Цель: научиться ценить индивидуальность другого человека.  Если бы мы умели ценить собственную индивидуальность, нам было бы легче принимать уникальность партнера.  Члены группы рассаживаются по кругу, у каждого заготовлены бумага и карандаш.  1. В начале игры скажите примерно следующее: «Мы часто хотим быть точно такими же, как остальные, и страдаем, чувствуя, что отличаемся от других. Иногда действительно хорошо, когда мы – как все, но не менее важна и наша индивидуальность. Ее можно и нужно ценить».  2. Предложите каждому игроку написать о каких-то трех признаках,  которые отличают его от всех остальных членов группы. Это может быть признание своих очевидных достоинств или талантов, жизненных принципов и т. п. В любом случае информация должна носить позитивный характер.  3. Участники записывают свои имена и выполняют задание (3 минуты). Предупредите, что Вы соберете записи и зачитаете их, а члены группы будут отгадывать, кто является автором тех или иных утверждений.  4. Соберите листочки и еще раз отметьте положительные аспекты того, что люди не похожи друг на друга: мы становимся интересны друг другу, можем найти нестандартное решение проблемы, дать друг другу импульсы к изменению и обучению и т.д. Потом прочтите каждый текст, и пусть игроки угадают, кем он написан. Если автора не удается «вычислить», он должен назваться сам. |
| Упражнение «Я и мой мир вокруг меня»  Цель: Самовыражение, самооосознание. Создание атмосферы принятия и понимания, развитие навыков общения, активного слушания, эмпатии, умения безоценочно относиться друг к другу.  Нарисуйте,что вас окружает в жизни, с кем и с чем вам приходится общаться, взаимодействовать, оставляя середину листа пустой. Теперь в центре нарисуйте себя. Расскажите о своем рисунке. Нравится ли рисунок. Что из нарисованного наиболее важно, а что наименее. Отметьте знаком плюс то, что нравится, с чем приятно взаимодействовать, а знаком минус – то, с чем неприятно взаимодействовать. Обсудите в группе. |
| Упражнение «Аплодисменты»  Цель: повышение настроения и самооценки, активизация участников группы. Участники сидят в кругу. Ведущий просит встать всех тех, кто обладает определенным умением или качеством. Например: «Встаньте все те, кто умеет вышивать, кататься на горных лыжах, любит смотреть сериалы,  мечтает научиться играть в большой теннис» и др. Остальные участники группы аплодируют тем, кто встал. |
| Упражнение «Список проблем»  Каждый на листочке пишет свою проблему без указания имени. Листочки складываются в центр круга. Затем ведущий по очереди вытаскивает листочки и зачитывает проблемы. Любой желающий высказывается об этой проблеме по следующему плану:  • Я думаю, что при этом у тебя возникли следующие чувства…  • Я бы решил эту проблему так:… Обсуждение: Услышали ли вы ответ на свою записку? |
| Упражнение «Ценности»  Цель: возможность осознать и почувствовать важность построения  собственной иерархии ценностей.  Время: 20 минут.  Материалы: маленькие бумажки, фломастеры, музыка.  Участникам раздаётся по шесть маленьких листочков и предлагается на каждом из них написать то, что для них ценно в этой жизни. Затем листочки ранжируются таком образом, чтобы самое ценное оказалось на самом последнем листочке. Ведущий предлагает представить себе, что случилось чтото страшное, и из жизни исчезла та ценность, которая написана на первой бумажке, смять и отложить её и осознать, как им теперь без этого живется.  Затем так происходит с каждой ценностью по порядку. Каждый раз  предлагается обратить внимание на внутреннее состояние после потери ценности. Затем ведущий объявляет, что произошло чудо, и появилась возможность вернуть любую из ценностей, можно выбрать одну из смятых бумажек. Так шесть раз. Затем предлагается осознать, что произошло, добавить какие-то ценности, посмотреть, остался ли прежний порядок ранжирования. |