

**Государственное казенное учреждение  
«Республиканский ресурсный центр Министерства труда, занятости и  
социальной защиты Республики Татарстан»**

**Технология обучения несовершеннолетних  
навыкам конструктивного решения конфликтных ситуаций  
«Пластилиновые уроки»  
(как метод профилактики аутоагрессивного поведения)**

Казань-2020

## Раздел 1. Паспорт социальной технологии

1.	Код Социальной практики (далее - СП)	
2.	Наименование социальной практики	Технология обучения несовершеннолетних навыкам конструктивного решения конфликтных ситуаций «Пластилиновые уроки» как метод профилактики аутоагрессивного поведения
3.	Направление СП в рамках работы отрасли социального обслуживания	— профилактика аутоагрессивного поведения — социальная адаптация
4.	Цель реализации СП	Формирование у несовершеннолетних навыков и приемов эффективного поведения в ситуациях конфликтного взаимодействия и способов нахождения решения во внешнем и внутриличностном конфликте.
5.	Задачи реализации СП	— обучение детей способам выражения гнева в приемлемой форме; — обучение детей приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях; — отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях; — обучение навыкам разрешения внутриличностных конфликтов; — развитие позитивных качеств личности детей, коррекция самооценки.
6.	Целевые группы	Несовершеннолетние в возрасте от 8 лет, воспитывающиеся в семьях с наличием внутрисемейного конфликта, испытывающие трудности в социальной адаптации.
7.	Ожидаемые количественные результаты от внедрения СП	— Снижение числа участников с показателями склонности к агрессии. — Повышение числа участников с улучшенными показателями оценки психоэмоционального состояния (снижение социальных страхов), коррекцией само-

		<p>оценки.</p> <p>— Число участников с положительной динамикой показателей оценки коммуникативных навыков.</p>
8.	Ожидаемые качественные результаты от внедрения СП	<p>— Дети освоят навыки конструктивного взаимодействия и решения конфликтных ситуаций в свободных и безопасных условиях.</p> <p>— Участники смогут проанализировать и скорректировать негативные проявления в поведении.</p> <p>— Участники освоят новые модели отношений, которые могут затем перенести в жизнь.</p> <p>— Участники научатся находить конструктивное решение в ситуациях внутреннего конфликта.</p>
9.	Используемые методики, методы работы	<p><i>Методы, применяемые в рамках технологии:</i></p> <p>– по источникам полученных знаний: <i>словесные</i> (беседа, дискуссия, обсуждение, анализ); <i>практические</i> (выполнение различного рода заданий практического характера);</p> <p>– по уровню познавательной деятельности: <i>репродуктивные</i> (применение различных упражнений и заданий для того, чтобы подростки овладели приемами их решения), <i>проблемные</i> (проблемный анализ определенных ситуаций);</p> <p>- по способу организации: <i>игровые</i> (создание ситуации для усвоения норм и правил поведения в обществе, формирования социального опыта).</p>
10.	Кадровое обеспечение	<p>Психологи, социальные педагоги учреждений социального обслуживания населения, имеющие высшее профессиональное образование согласно занимаемой должности.</p>
11.	Краткое описание	<p>Данная технология представляет цикл групповых занятий с несовершеннолетними с использованием психологической настольной игры «Лепешка».</p> <p>Содержание программы занятий:</p> <p>Занятие 1.</p> <p>Тема: Знакомство с игрой «Лепешка».</p> <p>Задачи:</p> <p>1) обучение участников навыкам игры в «Лепешку»;</p> <p>2) содействие сплочению группы, созданию положительного отношения к совместным занятиям;</p> <p>3) помощь участникам в изучении собственных моде-</p>

		<p>лей взаимодействия с окружающими и выявлении ошибок в коммуникации.</p> <p>Занятие 2.</p> <p>Тема: «Я в глаза других».</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) развитие у участников умения предвидеть возможные реакции другого человека в различных ситуациях общения и адекватно реагировать на них социально приемлемым способом;</li> <li>2) поддержание интереса к групповому взаимодействию.</li> </ol> <p>Занятие 3.</p> <p>Тема: «Плюсы и минусы конфликта».</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) предоставление возможности участникам занятия получить практический опыт конструктивного разрешения конфликтов;</li> <li>2) способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению.</li> </ol> <p>Занятие 4.</p> <p>Тема: «Я и другие».</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) развитие эмпатии, умения поставить себя на место другого человека;</li> <li>2) поддержание интереса к групповому взаимодействию.</li> </ol> <p>Занятие 5.</p> <p>Тема «Дружба».</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) развитие умения устанавливать и сохранять отношения с окружающими;</li> <li>2) развитие коммуникативных навыков, умения общаться в группе;</li> <li>3) формирование позитивного отношения к окружающим.</li> </ol> <p>Итоговая встреча с участниками занятий (обсуждение результатов).</p> <p>Задачи: закрепление у детей полученных навыков общения, формирование позитивных установок на дальнейшее самосовершенствование.</p>
--	--	---

12.	Апробация	<i>нет</i>
13.	Формы распространения опыта	<p>1. Презентации, мастер-классы.</p> <p>2. Обучающие видеоролики: занятие «Конфликты и пути их решения», размещенное в отраслевой медиатеке на сайте Республиканского ресурсного центра <a href="http://social-profi.ru">http://social-profi.ru</a>; мастер-класс для волонтеров «Психологическая игра ЛЕПЁШКА - Как играть с детьми», подготовленную Школой социального волонтера и размещенную по ссылке <a href="https://www.youtube.com/watch?v=mvn8weOhoNs">https://www.youtube.com/watch?v=mvn8weOhoNs</a>.</p> <p>3. Публикации и статьи в сборниках.</p> <p>4. Размещение в банке инновационных технологий отрасли.</p>

## **Раздел 2. Полное описание социальной практики**

### **2.1. Вступление, актуальность темы.**

В настоящее время проблема аутоагрессивного поведения среди несовершеннолетних является по-прежнему актуальной для нашей страны. С каждым годом растет число подростков, находящихся в кризисном состоянии, депрессии, увеличивается число детских суицидов. Согласно данным уполномоченного при президенте РФ по правам ребенка, причинами отчаянного шага у детей и подростков, как правило, становятся неразделенная любовь, семейные конфликты, личностные проблемы, употребление наркотиков и алкоголя, неудачи в учебе. Основную группу риска составляют дети, проживающие в социально неблагополучных семьях, испытывающие трудности в социальной адаптации.

Семейное неблагополучие приводит к психической травматизации детей, формированию у них агрессии, трудностей в сфере общения и поведения. Дети данной категории часто подвергаются стрессу, тревожны, испытывают различные страхи, в том числе социальные. Они могут быть замкнуты, неуверенны в себе, недоверчивы к окружающему миру, агрессивны. Зачастую эти дети не умеют обратиться за помощью, так как не привыкли ждать ее от родных. Проблемы, возникающие у ребенка в семье, переносятся на его взаимодействие с окружающими. Особенно это проявляется в период школьного обучения, когда одна из ведущих потребностей несовершеннолетних – потребность в социальной успешности, признании педагогом и одноклассниками, потребность в общении со сверстниками.

Отношения в детском коллективе — упрощённая модель взрослого общества. Общение внутри него - это сложный многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание другого человека. И неизбежно, в ходе этого процесса, возникают конфликтные ситуации. Это может быть межличностный конфликт, который возникает при общении людей с различными взглядами, целями и характерами, которым сложно ладить друг с другом. Возможен и конфликт между личностью и группой, если ребенок занимает позицию, отличающуюся от позиций группы. И межгрупповой конфликт, возникающий из-за противоречий и идейных установок двух различных групп.

Если ребенок агрессивен, не способен к конструктивному диалогу или если ребенок социально неуверен и не обладает навыками коммуникации, то с большей вероятностью конфликт будет нести для него негативные последствия. Это истощение личностных ресурсов, разрушение/повреждение си-

стемы межличностных отношений, формирование негативного образа «другого» или себя, негативное воздействие на психическое состояние.

Конфликты в детском коллективе могут привести к регулярному давлению на ребенка, агрессивному отношению, отверганию, неприятию со стороны коллектива, или одного из членов группы. Такая ситуация может стать для ребенка сложной неразрешимой проблемой, безвыходной ситуацией, из которой он не может найти выход самостоятельно. И если у ребенка нет человека, к которому он может обратиться за помощью или он не может признаться в своих чувствах из-за внутренней неуверенности, пониженной самооценки, ощущение безысходности может подтолкнуть ребенка на добровольный уход из жизни как уход и бегство от проблем.

Соответственно, профилактика аутоагрессивного поведения у детей должна включать в себя обучение несовершеннолетних способам уверенного взаимодействия в коллективе, в том числе навыкам решения конфликтных ситуаций и коррекцию их представлений о себе. Это позволит детям комфортно чувствовать себя в коллективе, найти единомышленников, сформировать круг общения, нормализовать отношения с взрослыми и сверстниками.

Умение решать конфликтные ситуации и преодолевать трудности во взаимодействии с окружающими – это навык, приобретаемый не столько в теории, сколько на практике. Наиболее безопасной зоной для данной практики является игра. Игровое пространство позволяет создать различные жизненные ситуации, в которых ребенок может испытать новые или привычные модели поведения, импровизировать, получить новый опыт, безопасно совершать ошибки и учиться на них.

Технология «Пластилиновые уроки» представляет собой программу групповых занятий с использованием психологической игры «Лепешка».

Данная игра разработана немецким детским психоаналитиком Гюнтером Хорном, который писал: «Психотерапия для ребенка – это таблетка, а игра – это хлеб». В процессе игры ее участники создают самостоятельно своих героев из пластилина, так как стандартных фигурок в ней нет. Играя в нее, дети учатся управлять своими эмоциями, корректировать агрессивность или обидчивость социально допустимым способом, делать правильный выбор – в каких ситуациях необходимо уступить, а где – дать отпор. Играя в нее, дети создают свой стиль поведения, который дает представление об их истинных намерениях и желаниях. Между участниками игрового процесса возникают живые отношения. Очень важно то, что игра помогает участникам осознать и проработать тему границ и учит справляться с агрессией социально приемлемым способом (выражение агрессии предусмотрено правилами, но ограничено временем и рамками игры).

Игра веселая, легкая, но дающая возможность раскрепоститься, лучше понять свои типичные ошибки в коммуникации и попробовать новые способы взаимодействия.

## **2.2. Субъекты, включенные в реализацию социальной практики**

- Воспитанники социальных приютов для детей и подростков и несовершеннолетние получатели социальных услуг комплексных центров социального обслуживания населения в возрасте от 8 лет;
- Специалисты социальных приютов для детей и подростков и комплексных центров социального обслуживания населения.

## **2.3. Ресурсное обеспечение социальной технологии**

### *1. Материально-технические ресурсы:*

- помещение для проведения групповых занятий (должно быть светлым, проветриваемым, не перенасыщенным сенсорной информацией);
- для варианта проведения занятий за столом: стол (свободный от каких-либо предметов) и стулья по количеству участников, мебель должна быть удобной и соответствовать физическим параметрам детей;
- для варианта проведения занятий на полу: напольное покрытие или ковер;
- аудиотехника (музыкальный проигрыватель, портативная колонка и т.п.);
- материалы, необходимые для осуществления запланированных в рамках технологии групповых занятий: пластилин (6 цветов) и игровой набор «Лепешка» (кубик, игровое поле), игровой инвентарь (мешочек, мяч, шляпа, фонарь/свеча);
- методическая литература: паспорт и описание социальной практики.

### *2. Кадровые ресурсы*

Технология предназначена для использования в работе психологами, социальными педагогами. Реализующие технологию специалисты должны иметь высшее или среднее профильное профессиональное образование, отвечающее требованиям квалификационных характеристик, определенных для соответствующих должностей (социальный педагог, психолог).

Преимуществом будет прохождение специалистом учреждения социального обслуживания практического обучения психологической игре «Лепешка» (мастер-класс, вебинар и т.д.).

*3. Информационные ресурсы:* информация о реализации технологии будет размещаться на интернет ресурсах (официальный сайт учреждения), в социальных сетях и на стендах УСОН.

*4. Инфраструктурные ресурсы* (возможность привлечения ресурсов соисполнителей/других субъектов) при реализации технологии - не требуются.

*5. Документационные ресурсы/обеспечение*



Пакет документов, сопровождающих реализацию СП:

- регламентирующая документация: программа занятий, план по внедрению практики и реализации занятий (отдельный или представленный дополнениями в личном плане специалиста);
- диагностический инструментарий (Приложение 2);
- формы отчетности (ведется в соответствии с утвержденной документацией специалиста): журнал регистрации занятий, учета посещений (согласно учетно-отчетной документации специалиста);
- методические материалы, применяемые специалистами в рамках реализации услуг: описание технологии и программы занятий.

## **2.4. Описание алгоритма профессиональных действий, совершаемых специалистами при реализации социальной практики.**

### **1. Организационно-подготовительный этап:**

*1.1. Определение специалистов учреждения для реализации социальной технологии.*

Социальная технология «Пластилиновые уроки» - является циклом групповых занятий, предназначенных для использования в работе психолога или социального педагога.

Специалисты, реализующие социальную технологию в учреждении, определяются руководителем учреждения/отделения на основании кадрового состава, опыта специалистов, их интересов и пожеланий.

*1.2. Обучение специалистов социальной технологии.*

Освоение данной социальной технологии проводится специалистами УСОН самостоятельно: изучается паспорт социальной технологии, методы работы, программа занятий, содержание игры «Лепешка». Рекомендуется просмотреть видеозапись: 1) занятие «Конфликты и пути их решения», размещенное в отраслевой медиатеке на сайте Республиканского ресурсного центра <http://social-profi.ru>; 2) мастер-класса для волонтеров «Психологическая игра ЛЕПЁШКА - Как играть с детьми», подготовленную Школой социального волонтера и размещенную по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=mvn8weOhoNs>.

Если специалист не знаком на практике с игрой «Лепешка», обязательно проведение пробных игровых сеансов с малой группой вне реализации технологии.

*1.3. Подготовка информационных документальных ресурсов, обеспечение материально-технической базы реализации социальной технологии.*

Подготовка материально-технических ресурсов и документов, указанных в пункте 2.3. ведется специалистом, реализующим данную технологию при содействии руководителя учреждения / отделения.

Информация о реализации технологии подготавливается так же данным специалистом и размещается на информационных стендах учреждения (брошюры, объявления). Информация должна включать в себя описание мероприятий с указанием задач и условия участия.

#### *1.4. Формирование целевой группы из числа получателей социальных услуг учреждения.*

Целевая группа – несовершеннолетние в возрасте от 8 лет, находящиеся на социальном обслуживании, проживающие в семьях с наличием внутрисемейного конфликта, испытывающие трудности в социальной адаптации, в том числе дети, вступившие в конфликт с законом. Профилактическая направленность социальной практики делает ее актуальной для всех детей данной группы. Однако рекомендуем обратить особое внимание на несовершеннолетних, испытывающих трудности во взаимодействии с окружающими, обладающих низкой самооценкой, тревожностью. Это социально неуверенные дети, которые отличаются тихой или неуверенной речью, в группе сидят тихо, стараются не привлекать внимания, стеснительны, особенно с чужими людьми, испытывают трудности в предъявлении конкретных требований к окружающим, при необходимости сказать «нет», высказать свое мнение, критическое замечание. Оказавшись в кризисной ситуации, такие дети зачастую переживают все глубоко внутри и в одиночестве, не ища помощи вовне.

Не склонны обращаться за помощью и дети с завышенной самооценкой, эгоцентрированностью, болезненным отношением к критике. В кризисной ситуации они будут считать виноватыми все вокруг, не анализируя собственное поведение. Для них просьба о помощи может приравниваться к поражению в чужих глазах. Таким детям также рекомендуется участие в коррекционных занятиях данной технологии.

Отбор участников целевой группы осуществляется на основании результатов первичной диагностики несовершеннолетних (при поступлении на социальное обслуживание), через анализ личных дел, ИППСУ.

Для проведения групповых занятий формируется группа от 3 до 5 человек. Дети в группе должны быть примерно одного возраста, с равными речевыми возможностями и уровнем интеллектуального развития. Возможно создание нескольких групп.

Участие в занятиях должно быть добровольным и информированным. Это значит, что каждый участник включается в группу на основании его личного согласия и с условием предварительного ознакомления с планом занятий. Каждый участник информируется о важности посещения каждого занятия цикла.

Подобрав целевую группу, специалист должен провести диагностику тех параметров, на развитие и коррекцию которых направлена данная

социальная технология:

- 1) склонность к агрессии, конфликтности;
- 2) уровень эмпатии и коммуникабельности;
- 3) уровень самооценки;
- 4) наличие социальных страхов.

Диагностическое обследование участников до начала занятий проводится в индивидуальной форме. Используются следующие методики:

Цель	Наименование методики	Возраст	Процедура проведения	Показатели, требующие коррекции
Склонность к агрессии, конфликтности	Диагностическая методика «Картинки» (Калинина Р.Р.)	8-13 лет	В ходе диагностики ребенку предъявляются сюжетные картинки (4 шт.), изображающие жизненные ситуации. Испытуемого просят описать изображенный сюжет и рассказать, как бы он повел себя, оказавшись в такой ситуации на месте обиженного. Ответы фиксируются в протоколе.	Способ реагирования ребенка на конфликтную ситуацию: — страх и избегание конфликтной ситуации; — агрессивная реакция при разрешении конфликтной ситуации.
	Опросник исследования уровня агрессивности, авторы А. Басс и А. Дарки (на русском языке стандартизован А.А. Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой)	13-18 лет	Испытуемому предъявляется опросник из 75 высказываний. Задача подростка – отметить, с какими высказываниями он согласен, а с какими – нет.	Высокая оценка следующих показателей: — физическая агрессия; — косвенная агрессия; — вербальная агрессия; — подозрительность; — чувство вины; — обида.
Уровень эмпатии и коммуникабельности	Методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян, модификация Н. Эпштейна)	8-18 лет	Испытуемому предлагается опросник из 25 утверждений, которые ему необходимо оценить степень своего согласия или несогласия с каждым из них (поставьте отметку в соответствующей графе бланка для ответов), ориентируясь на то, как он обычно ведет себя в подобных ситуациях.	82–90 баллов — очень высокий уровень эмоционального отклика; 36–12 баллов — низкий уровень эмоционального отклика; 11 баллов и менее - очень низкий уровень эмоционального отклика.
	Тест	14	Испытуемому предлага-	Преобладает зависимый или

	коммуникативных умений Михельсона (адаптация Ю.З. Гильбуха)	– 18 лет	ются 27 вариантов ситуации с 5 вариантами поведения в ней. Подростка просят выбрать тот вариант, который наиболее характерен для него. Важно, что бы испытуемый ориентировался на свое обычное поведение, а не на социальные правила.	агрессивный стиль поведения.
Наличие тревожности, социальных страхов и самооценка	Тест «Дерево с человечками»	8 – 18 лет	Тест предназначен для того, что бы понять уровень самооценки ребенка и понять, насколько адекватно ли ребенок воспринимает себя в обществе. В ходе диагностики ребенку предлагается картинка с изображением 21 человечка и дерева. Все человечки находятся в разных местах, у них определенное настроение. Задача испытуемого - раскрасить картинку следующим образом: красным карандашом раскрашивается фигура, которая напоминает ему самого себя, собственное настроение и положение в школе или среди друзей. А зеленым — того человечка, которым хотелось бы быть и на чем месте хочется оказаться.	Большое различие положения человечков, с которыми ребенок отождествляет свое реальное и идеальное положение. Закрашивание красным человечка: № 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость № 8 — отстраненность от учебного процесса, уход в себя № 9 — мотивация на развлечения № 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность № 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть» № 16 — дети не всегда понимают как позицию человечка, который несет на себе человечка № 17 — они склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим № 17 — неспособность самостоятельно справиться с возникающими проблемами № 20 — завышенная самооценка и установка на лидерство
	Тест «Страхи в домиках» (М.Панфиловой)	8 – 18 лет	Методика направлена на выявление и уточнение имеющихся страхов. Ребенку предлагается изобразить два домика: красный и черный и распределить по ним страхи, которые	Наличие социально-опосредованных страхов (4 и более выбранных ответов).

		зачитывает взрослый.	
--	--	----------------------	--

Для детей подросткового возраста используются 1 дополнительная методика с учетом развития навыков коммуникации.

Полный вариант диагностических методик в Приложении 2.

1.5. *Утверждение календарно-тематического плана и сроков реализации социальной практики в условиях учреждения социального обслуживания:*

- составление тематического плана занятий с группой;
- согласование с руководством графика работы по реализации СП.

Содержание, порядок проведения и количество групповых занятий, представленных в социальной практике, могут быть изменены в соответствии с особенностями участников целевой группы, их запросами, ресурсами, а так же исходя из целей специалиста. Соответственно, для разных групп может быть составлен разный тематический план занятий.

## 2.Основной этап

Программа занятий представляет собой цикл игровых занятий с группой детей численностью от 3-5 человек, диагностические обследования и итоговую встречу с участниками. Периодичность: 1 раз в неделю, длительность одного занятия – 1 час.

### Программа занятий

№	Мероприятие	Задачи	Длительность
1	Проведение диагностики (в индивидуальной форме)	Оценка начальных параметров, на развитие и коррекцию которых направлена данная социальная технология.	по 45 мин. на каждого участника
2	Занятие 1. Тема: Знакомство с игрой «Лепешка»	1) обучение участников навыкам игры в «Лепешку»; 2) содействие сплочению группы, созданию положительного отношения к совместным занятиям; 3) помощь участникам в изучении собственных моделей взаимодействия с окружающими и выявлении ошибок в коммуникации.	60 мин.
3	Занятие 2. Тема: «Я в глаза других».	1) развитие у участников умения предвидеть возможные реакции другого человека в различных ситуациях общения	60 мин.

		и адекватно реагировать на них социально приемлемым способом; 2) поддержание интереса к групповому взаимодействию.	
4	Занятие 3. Тема: «Плюсы и минусы конфликта».	1) предоставление возможности участникам занятия получить практический опыт конструктивного разрешения конфликтов. 2) способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению.	60 мин.
5	Занятие 4. Тема: «Я и другие»	1) развитие эмпатии, умения поставить себя на место другого человека; 2) поддержание интереса к групповому взаимодействию.	60 мин.
6	Занятие 5. Тема «Дружба»	1) развитие умения устанавливать и сохранять отношения с окружающими; 2) развитие коммуникативных навыков, умения общаться в группе; 3) формирование позитивного отношения к окружающим.	60 мин.
7	Диагностическое обследование в групповой форме	Выявление динамики (коррекция поведения, самооценки, развитие навыков общения, самоконтроля)	60 мин.
8	Итоговая встреча с участниками занятий (обсуждение результатов)	Закрепление у детей полученных навыков общения, формирование позитивных установок на дальнейшее самосовершенствование.	60 мин.

### 3. Контрольный этап

На этом этапе делаются обобщения, формируются обоснованные выводы о необходимости/отсутствии необходимости внесения корректив в процесс реализации данной практики в дальнейшем.

Промежуточный контроль предполагает контроль знаний, умений, полученных в ходе реализации занятий, контроль изменений, выявленных в ходе повторной диагностики, для выявления правильности проведения занятий

и решении задач в рамках данной социальной практики. Форма контроля - анкетирование участников (Приложение 2, анкета обратной связи), проводится на 3 занятия специалистом, реализующим социальную практику. Анализ заполненных анкет позволяет оценить:

- интерес участников к занятиям,
- их психоэмоциональное состояние на занятиях,
- наличие негативных факторов,
- пожелания детей,
- самооценку коммуникативных навыков со стороны участников.

Рекомендации по итогам проведения промежуточного контроля:

1. Пожелания детей необходимо учитывать при проведении последующих занятий цикла.
2. Факторы, которые дети рассматривают как негативные, должны быть отработаны (индивидуально или в группе, в зависимости от случая).
3. Если дети не отмечают динамики развития своих коммуникативных, специалисту необходимо уделить больше времени на обсуждение взаимодействия участников в ходе игры «Лепешка» и по ее итогу. При этом рекомендуется обращать внимание детей на то, какие фразы они использовали, какая реакция была в ответ, как они меняли модель поведения и так далее. Задача специалиста в данном случае – стимулировать ребенка к анализу собственного поведения.

Итоговый контроль проводится по окончании цикла занятий. В него входит диагностическое обследование участников в групповой форме и получение обратной связи путем анкетирования участников, опроса их родителей, специалистов, работающих с детьми. Пакет диагностик для итогового обследования приведен в Приложении 2.

Параметры	Наименование методики	Процедура проведения	Параметры для оценки динамики
Склонность к агрессии, оценка тревожности, самооценка.	Тест «Самооценка психических состояний»	В ходе диагностики детям зачитываются описания психических состояний (40 шт.). Каждый ребенок на индивидуальном бланке указывает, насколько свойственно это состояние.	Выявляется: — уровень тревожности, — самооценка, — уровень агрессивности.
	«Лесенка»	Каждому участнику предоставляется бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш. Специалист просит	Выявляется: — уровень самооценки, — отношение членов группы к ребенку.

		участников расположить на лесенке всех ребят в группе с учетом того, что верхнюю ступеньку будут занимать самые хорошие ребята, ниже - просто хорошие, еще ниже – ни хорошие, ни плохие ребята, далее (боя ступенька) – плохие, и на последней ступеньке – самые плохие. А затем дети должны расположить на лесенке себя.	
Уровень эмпатии и коммуникабельности	«Необитаемый остров»	Ведущий предлагает детям пофантазировать и представить, что они отправляются на необитаемый остров. Далее дети рассуждают, опираясь на вопросы специалиста, о том, что бы они взяли и какие бы цели преследовали. Ведущий наблюдает за поведением детей в ходе обсуждения.	Оценивается: — инициативность в общении; — лидерская позиция; — умение выслушать сверстника; — умение согласовать с другими свои предложения, уступить, убедить; — умение выступить со своим мнением; — наличие отрицательной направленности в общении, с эгоистическими тенденциями; — агрессивность в поведении.
	«Зеркало настроений»	Детей объединяют в пары и определяют, кто в каждой паре будет «говорящим», а кто «отражателем». Ведущий (специалист) шепчет на ухо «говорящему» фразу, например: «Меня похвалил учитель перед всем классом!». «Говорящий» должен передать свою соответствующую эмоцию. А «отражатель» должен определить, ка-	Оцениваются: — умение самостоятельно и правильно определить эмоциональные состояния сверстника; — умение мимики, телодвижений передать различные чувства и состояния.



		кое чувство отобразил сверстник (грусть, радость, стыд и т.д.). «Говорящий» подтверждает ответ либо исправляет «отражателя». Затем дети меняются ролями.	
	Анкета обратной связи	Анкета предъявляется на диагностическом групповом занятии каждому участнику, заполнение по желанию может быть анонимным. Анкеты для специалистов/родителей передаются по окончании цикла занятий самим специалистом или через участников занятий.	Выявляются: - наличие заметных изменений в поведении и общении у участников занятий; - повышение уверенности в себе у детей; - наличие удовлетворенности занятиями.

#### 4.Заключительный

Показатели итогового диагностического обследования и полученные результаты фиксируются в индивидуальных картах каждого участника.

Полученные в результате диагностического обследования результаты презентуются участникам занятий на итоговой встрече.

#### 2.5.Описание услуг, предлагаемых клиентам в рамках социальной практики

№	Услуга	Содержание	№ занятия
1	Социально-психологические услуги	Психологическая помощь и поддержка, включая исследование совокупности особенностей личности получателя социальных услуг.	Индивидуальное диагностическое обследование (первичное) Групповое диагностическое обследование (итоговое). Анкетирование и анализ анкет

			обратной связи (промежуточное и итоговое).
		Проведение получателю социальных услуг реабилитационных мероприятий, направленных на преодоление или ослабление отклонений в эмоциональном состоянии и поведении.	Занятие 1 -5
		Решение социально-психологических проблем.	Занятие 1 -5, игра «Лепешка».
		Развитие универсальных адаптационных психологических навыков (коммуникативных, самоконтроля, саморегуляции, стрессоустойчивости и т.п.).	Занятие 1 -5, игра «Лепешка»
2	<i>Социально-педагогические услуги</i>	Социально-педагогическая коррекция.	Занятие 1 -5, игра «Лепешка»
		Формирование позитивных интересов несовершеннолетних получателей социальных услуг, организация их досуга, которые обеспечиваются удовлетворением социокультурных запросов, расширение кругозора, сферы общения, повышение творческой активности подростков.	Занятие 1 -5

## 2.6. Критерии оценки эффективности от реализации социальной практики

Ожидаемые результаты	Критерии оценки эффективности реализации СП		Методы оценки
	качественные	количественные	
Дети осваивают навыки конструктивного взаимодействия и решения конфликтных ситуаций в свободных и	Дети на практике осваивают способы решения конфликтных ситуаций путем поиска компромисса, достижения согласия.	Число участников со сниженными показателями уровня склонности к агрессии.	Сопоставление результатов диагностического обследования на начало и конец занятий (методи-

безопасных условиях.			ки оценки уровня конфликтности, агрессивности).
Участники смогут проанализировать и скорректировать негативные проявления в поведении.	Несовершеннолетние освоют навыки регуляции психоэмоционального состояния, самоконтроля, повысят уверенность в себе.	Число участников с улучшенными показателями оценки психоэмоционального состояния (снижение социальных страхов), самооценки.	Анализ анкет обратной связи, результаты диагностики «Необитаемый остров».
Участники освоют новые модели отношений, которые могут затем перенести в жизнь.	Участники улучшат навыки эмпатии к окружающим, получат знания о важности уважительного отношения к мнению и чувствам других. Станут увереннее чувствовать себя в коллективе, сформируют новый для себя круг общения.	Число участников с положительной динамикой показателей оценки коммуникативных навыков.	Сопоставление результатов диагностического обследования на начало и конец занятий (методики оценки коммуникативных навыков).
Участники скорректируют и улучшат представления о себе.	У участников с низкой самооценкой, наличием тревожности и социальных страхов скорректируются и улучшатся данные параметры.	Число участников с положительными изменениями самооценки, уровня тревожности и социальных страхов.	Сопоставление результатов диагностического обследования на начало и конец занятий (методики оценки уровня страхов, тревожности, самооценки).

Таблица 5

**Обязательные индикаторы (показатели результативности) и эффективности социальной практики (далее СП)**

№ п/п	Наименование (индикатора) показателя	Единица измерения	Значение показателя	
			Начальный этап реализации СП	Конечный этап реализации СП
1	2	3	4	5
<b>Охват мероприятиями целевой группы СП</b>				
1.	Количество участников, включенных в состав целевой группы и принявших участие в мероприятиях, в рамках реализации СП	человек		
2.	Количество участников целевой группы, показатели/параметры которых улучшились после окончания реализации СП	человек	-	
3.	Количество участников целевой группы, показатели/параметры которых остались неизменными после окончания реализации СП	человек	-	
<i>Другие индикаторы (показатели)</i>				
<b>Распространение эффективных результатов</b>				
5.	Количество мероприятий по распространению результатов реализации СП (семинары, вебинары, мастер-классы, публикации и др.)	единиц	-	
6.	Количество инструктивно-методических материалов для специалистов по вопросам реализации СП (метод. пособие, буклеты и др.).	единиц	-	

## **2.7.Рекомендации по реализации социальной практики**

Данная социальная практика компактна, ее внедрение не требует масштабной работы и дополнительных ресурсов учреждения.

Требования к целевой группе так же минимальны, так как работа по профилактике аутоагрессивного поведения актуальна для всех детей, состоящих на социальном обслуживании. При этом примерно можно выделить 4 подгруппы детей – возможных участников занятий.

1 – это социально неуверенные дети. На занятиях с такими детьми рекомендуется мягко направлять инициативу ребенка на диалог и общение в коллективе, задавая наводящие вопросы. Важно не привлекать к ребенку чрезмерного внимания и не пытаться оградить его от возможных конфликтных ситуаций. Если в ходе занятия возник спор – специалист должен перенаправить его в конструктивный диалог, не защищая при этом неуверенного ребенка, а направляя вопросами. Если ребенку потребовалась помощь – специалист не должен поспешно ее предлагать. Ребенок должен сам обратиться за поддержкой, а взрослый может лишь вопросами привести его к этой мысли. Так же рекомендуем предоставлять таким детям ситуации выбора, принятия решения за всю группу. В игровой безопасной обстановке опыт лидерства и ответственности будет проще воспринят ребенком.

2 – эгоцентрированные дети, болезненно воспринимающие критику и неудачи. В группе такому ребенку нужно все внимание, поэтому он может мешать остальным детям и специалисту. Поэтому в самом начале занятий при обсуждении правил игры рекомендуется назначить такого ребенка главным по контролю за их соблюдением. Так вы сможете дать ребенку необходимое ему чувство особенности, значимости и обеспечите себе поддержку с его стороны. В ходе группового взаимодействия таким детям рекомендуется задавать больше вопросов о чувствах, эмоциях, притом как его, так и окружающих. Это будет стимулировать ребенка на анализ мотивов и последствий собственных действий.

3 – агрессивные дети. Как правило, они нетерпеливы в конфликтных ситуациях, не считаются с чужим мнением, но при этом желают расположения со стороны окружающих (как, впрочем, и все дети). Наличие таких детей в группе как ни странно полезно. Именно они могут создать в безопасной игровой среде модель ситуации, которая может повлечь за собой негативные и кризисные переживания. Тем не менее, поведение таких детей требует тщательного внимания со стороны специалиста. Как только ребенок начинает демонстрировать эмоциональное возбуждение или переводить диалог в

агрессивный спор, специалист должен переключить внимание ребенка с помощью вопросов «Какие у тебя сейчас ощущения в руках?», «Есть ли у тебя желание поменять позу или место, где ты сидишь?». Концентрируясь на своих физических ощущениях, ребенок делает паузу и может успокоиться. С этими детьми, как и с эгоцентрированными, необходимо проговаривать мотивы и последствия собственного поведения.

4 – социально адаптированные дети. Это дети, уверенно общающиеся с окружающими, открытые, эмпатичные. Такие дети могут получить в группе нестандартный опыт общения и взаимодействия с различными ребятами. А так же их модель поведения может стать образцом и примером для других участников. Обсуждение с такими детьми так же рекомендуется вести подробно, так как они зачастую хорошо анализируют и описывают свои чувства и могут развернуто отвечать на вопросы.

Итоговое занятие – это возможность для каждого участника оценить свои успехи. Мы рекомендуем похвалить каждого ребенка, максимально перечислив все, даже маленькие достижения. Похвала и осознанность перемен важны для дальнейшего самостоятельного коммуникативного и личностного развития детей.

Для повышения эффективности занятий и компетентности специалиста рекомендуется провести несколько учебных игровых сеансов с игрой «Лепешка» вне занятий (например, с коллегами, с семьей). Практика позволит отработать правила игры и рассмотреть варианты действий игроков.

Для увеличения долговечности и сохранения игрового поля рекомендуется его заламинировать или покрыть пленкой/скотчем.

## **2.8. Информация об учреждениях и организациях, обладающих практикой эффективного применения социальной практики**

Социально-психологическая игра «Лепешка» успешно используется в психологической работе с несовершеннолетними в отделении помощи семье и детям Авиастроительного района ГАУСО «Комплексный центр социального обслуживания населения г. Казани».

## **2.9. Термины, используемые при описании социальной практики**

**Аутоагрессивное поведение** – это намеренное причинение себе вреда. Выделяют два основных вида аутоагрессивного поведения – самоповреждение и суицидальное поведение.

**Коммуникация** - социально обусловленный процесс передачи и восприятия информации в условиях межличностного и массового общения по разным

каналам при помощи различных коммуникативных средств (вербальных, невербальных и других).

**Коммуникативные навыки** – это способность человека взаимодействовать с другими людьми, адекватно интерпретируя получаемую информацию, а также правильно ее передавая.

**Социальный страх**- страх участия в социальных ситуациях. В основе данного явления лежит страх перед негативной оценкой общества.

**Социально неуверенные дети** - это дети, не умеющие гармонично взаимодействовать сами с собой, с социумом, с внешним миром. Социальные проблемы порождаются таких детей внутриличностными проблемами, поэтому неумение взаимодействовать с социумом - фактически следствие неумения взаимодействовать с самим собой.

## 2.10. Приложения

### Приложение 1

#### Занятие 1.

##### Тема: Знакомство с игрой «Лепешка»

###### Задачи:

- 1) обучение участников навыкам игры в «Лепешку»;
- 2) содействие сплочению группы, созданию положительного отношения к совместным занятиям;
- 3) помощь участникам в изучении собственных моделей взаимодействия с окружающими и выявлении ошибок в коммуникации.

Материал для занятия: пластилин (соответственно цветам на игровом поле), игра «Лепешка».

###### Содержание:

Ведущий занятия приглашает участников занять места за столом (все располагаются за одним столом) или расположиться на полу в круг.

###### Приветствие.

*Примечание: Начало и конец занятия – это ритуальные моменты, они должны повторяться на каждом занятии. Приведенные в данной программе ритуалы приветствия и завершения занятия могут быть заменены специалистом по своему усмотрению, с учетом личного практического опыта.*

Ведущий начинает ритуал приветствия, хлопая по ладошке ребенка, сидящего справа от него: - Привет! Ребенок в свою очередь продолжает, хлопая по ладошке соседу справа: - Привет! И так с каждым ребенком, по очереди. Когда приветствие возвращается к ведущему, он просит всех повторить его действия: ритмично хлопая в ладоши сказать «Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте все!».

Если дети не знакомы друг с другом, на первом занятии перед началом ритуала приветствия ведущий приветствует каждого участника по очереди хлопком ладони, обращаясь к нему по имени. Например, «Привет, Аня».

###### Мой персонаж.

Ведущий демонстрирует участникам коробку разноцветного пластилина и просит участников взять из нее по очереди по кусочку пластилина того цвета, который ему нравится. Ведущему следует предусмотреть, что несколько детей могут выбрать один и тот же цвет, что может повлечь за собой конфликт. Далее ведущий обращается к ребятам: «Сегодня мы с вами отправимся в волшебную страну, в которой есть свои правила и порядки. Но попасть в нее можно только представив себя каким-нибудь животным. Поэтому сейчас подумайте, кем вы себя видите в волшебной стране. Задуманного персонажа вам нужно слепить из пластилина».

Дети лепят персонажа под фоновую музыку.



Далее ведущий просит каждого участника (по очереди или по желанию) рассказать о своем персонаже: что это за животное, какое оно, почему он выбрал именно его, какие у персонажа есть сильные и слабые стороны.

Данное упражнение является так же диагностическим. Рассказывая о своем персонаже, ребенок рассказывает о себе. При этом рекомендуется обратить на выбор цвета пластилина, который делают дети. Если они выбрали из принципа «что осталось» или «мне все равно», то вероятнее всего это неуверенный стеснительный ребенок. Если участником выбран темный цвет по принципу «мой любимый», то вероятно у ребенка есть негативные представления о себе или окружении.

### Лепешка

Перед детьми раскладывается игровое поле – волшебная страна, в которой им предстоит оказаться.

Цель игры — первым прийти к конечному пункту — на "Небо людей" и превратиться из животного в человека.

Каждый участник использует свою фигурку животного в качестве фишки. Старт игры начинается с ракеты. Это первая ячейка на разноцветной дорожке игрового поля. На нее все игроки помещают свои пластилиновые фигурки.

Сама дорожка состоит из 5 цветов: желтого, красного, зеленого, голубого и белого. Таких же цветов пластилиновые фигурки игроков.

Ведущий объясняет детям, что каждая фигурка является одновременным владельцем всех ячеек того своего цвета. Красная фигурка владеет красными ячейками, желтая – желтыми и т.д. Можно обозначить эти ячейки как домики животных, расположенные по игровому полю.

Далее следует определить очередность среди игроков. Это можно сделать с использованием считалочки, вытягивания листков с номерами, по росту или возрасту, на усмотрение ведущего и группы.

Когда очередность прохождения игры определена, ведущий объясняет участникам порядок действий: игроки по очереди кидают кубик и переставляют свою фигурку-фишку на соответствующее количество ячеек.

Так же ведущий объясняет участникам следующие правила:

- 1) Если фигурка попала на ячейку (в домик) другого игрока, то ей нужно получить разрешение от хозяина остаться на ней. Игрок, в домик которого попала фигурка, может разрешить или запретить находится в его ячейке.
- 2) Участник, которому разрешили остаться, ждет своего следующего хода.
- 3) Если хозяин домика не согласен оставить незваного гостя, игроку нужно убедить или уговорить его разрешить остаться. Участники при этом могут импровизировать, использовать разные способы воздействия: уговоры, сделку, обсуждение и т.п.
- 4) !Запрещено использовать личные угрозы и оскорбления, относящиеся непосредственно к игроку, а не к его персонажу. Запрещено использовать ругательства, физическое воздействие (эти моменты обсуждаются ведущим с ребятами и повторяются на каждом занятии).

- 5) Если владелец поля удовлетворен убеждениями и соглашается с уговорами, то фишка-животное остается на поле до следующего хода.
- 6) Если владелец ячейки не убежден, то он может изменить попавшую к нему фигуру, щелкнув по ней, смяв ее или как угодно изменив ее форму. Он может также одним ударом смять ее в "лепешку".
- 7) На ячейках своего цвета фигура находится у себя дома. В своем доме фигура может поправить, восстановить себя и отдохнуть.
- 8) Достичь цели игры — стать человеком и попасть на "Небо людей" может только целая, не поврежденная фигурка. Если фигурка животного попадает на поле своего цвета поврежденной, то владелец животного должен сам исправить ее, долепив до целого животного, но только когда наступит его очередь бросать кубик.
- 9) Если кто-то из игроков нарушает правила, все участники командно решают, какое наказание назначается для него.
- 10) !Нельзя перебивать, мешать высказыванию того игрока, чей ход. Животные — фигурки разговаривают только тогда, когда их ход, когда к ним пришел незваный гости и когда их просят о помощи.

Для наглядности правила можно записать на листе бумаги, однако в ходе игры они достаточно легко запоминаются и закрепляются.

Когда все игроки ознакомлены с правилами и согласны начать игру, первый участник бросает кубик и делает свой ход. И далее по очереди.

Когда игроки попадают в ситуацию, что хозяин домика отказывается оставлять у себя гостя, задача ведущего — дать возможность ребенку самостоятельно найти пути решения, помогая наводящими вопросами. Если ребенок в затруднении, ведущий может предложить группе подключиться и помочь игроку.

Если ребенок использует в игре неэффективную, агрессивную или неконструктивную модель поведения и не меняет ее, ведущий должен с помощью наводящих вопросов обратить его внимание на это («Как думаешь, почему тебе отказали?», «Смог бы ты договориться с твоей фигуркой, если бы она обратилась так к тебе?» и т.п.).

Игра ведется до того момента, пока каждый игрок не превратит свою фигурку в человека. Однако, если игра идет медленно, а занятие ограничено по времени, то можно играть до первого победителя.

### Обсуждение итогов игры

Ведущий с участниками подводит итоги игры, стимулируя детей высказать свое мнение, описать свои эмоции, сформулировать, чему они научились, что поняли для себя.

Примерные вопросы для обсуждения: «Понравилось ли вам договариваться?», «Сложно было отказывать?», «Почему вы кого то сразу пускали в домик?», «Как считаете, что вам помогало договориться с хозяином?», «Почему, как думаете, вас не хотели оставлять в домике и изменяли фигурку?», «Какие чувства были у вас, когда фигурку вашего животного меняли?», «Что вам понравилось в действиях других участников?», «Может чье-то поведение

вам не очень понравилось?», «Что было особенно интересно?», «Есть ли что-то, чему вы научились за игру?».

В конце специалист резюмирует: «Сегодня мы с вами познакомились друг с другом и с новой игрой «Лепешка». Я считаю, что каждый из вас замечательно понял правила игры и справился с заданием. Сегодня вы как игроки пробовали спорить, хитрить, торговаться, обманывать, угрожать (*перечисляются модели поведения, используемые детьми*). Но самый эффективный способ был – договариваться. При такой модели поведения и хозяин домика и его гость были довольны итогом диалога и друг другом. Я поздравляю вас с тем, что совместно вы смогли найти такой успешный способ прохождения игры. Уверена, он пригодится вам в дальнейшем и не только в игре».

### Завершение

Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы — одно большое доброе существо. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь послушаем вместе!» Вдох — все делают шаг вперед, выдох — шаг назад. «Это не только дыхание, это и биение большого доброго сердца». Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д.

## Занятие 2.

### Тема: «Я в глаза других».

*Задачи:*

- 1) развитие у участников умения предвидеть возможные реакции другого человека в различных ситуациях общения и адекватно реагировать на них социально приемлемым способом;*
- 2) поддержание интереса к групповому взаимодействию.*

Материал для занятия: пластилин, игра «Лепешка».

### Приветствие

Ведущий начинает ритуал приветствия, хлопая по ладошке ребенка, сидящего справа от него: - Привет! Ребенок в свою очередь продолжает, хлопая по ладошке соседу справа: - Привет! И так с каждым ребенком, по очереди. Когда приветствие возвращается к ведущему, он просит всех его действия: ритмично хлопая в ладоши сказать «Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте все!».

### Упражнение «Я вижу тебя так»

Ведущий сообщает участникам, что сегодня они продолжают играть в настольную игру «Лепешка», но правила немного поменяются: фишки участников создаются не самостоятельно, а другими членами группы. Для этого ведущий предлагает каждому вытянуть свернутый листок с именем то-

го участника, для которого он будет лепить фигурку животного. Если детей нечетное количество, то ведущий добавляет листок со своим именем.

После того, как все ребята выбрали участника, для которого они будут делать персонажа, ведущий обращается к группе: «Посмотрите внимательно на того участника, который вам попался. Подумайте, на какое животное он больше всего похож, кем вы его можете представить, какого цвета он будет, какого размера?». Далее участникам предлагается слепить персонажа из пластилина. Задание выполняется под фоновую музыку.

По окончании каждый участник должен презентовать созданного персонажа и рассказать, почему он выбрал это животное и чем оно похоже на своего хозяина.

Ведущий активно поддерживает участников в выражении своих мыслей, задает вопросы. В конце проводится обсуждение, согласны или нет участники с предложенным им персонажем, какие они по этому поводу испытывают эмоции. В конце ведущий указывает ребятам на то, как могут отличаться наши представления о себе и мнения о нас окружающих, как мы по-разному смотрим на одно и то же. И при этом каждый из нас по своему прав, потому что мы видим разные стороны и грани, соединив которые можно получить цельный образ.

Примечание: в описании животного по сходству с участником дети могут делать акценты на отрицательных качествах ребенка. В этом случае ведущий должен обратиться к участнику, о котором идет речь: «Согласен ли ты с этим?», «Как думаешь, почему сложилось такое мнение?».

### Игра «Лепешка»

Сеанс игры проводится по тем же правилам, что и на первом занятии.

### Обсуждение итогов игры

Ведущий с участниками подводит итоги игры, стимулируя детей высказать свое мнение, описать свои эмоции, сформулировать то, чему они научились, что поняли для себя.

Примерные вопросы для обсуждения: «Чем вам помог новый образ животного, который создали для вас?», «Какие-то качества животного отразились на вашем выборе поведения и общения с хозяином дома?», «Узнали ли вы себя сегодня с новой стороны, открыли ли в себе что-то новое?», «Какие чувства, эмоции вы испытывали, изменив фигурку животного на человека?», «Хотелось ли вам в какой то момент просто превратить в лепешку фигурку другого игрока?», «Почему ты так сделал/не сделал?» и т.п.

В конце ведущий резюмирует: «Сегодня вы смогли посмотреть на себя со стороны и оценить, какие ваши качества заметны в первую очередь. Но в ходе нашего занятия вы проявили еще много других качеств, таких как уважение, внимательность к другим, умение объяснить свои точку зрения и выслушать чужую. Именно эти грани помогли вашим животным стать людьми. Давайте же запомним их для следующего занятия. А пока тренируйте их в общении с друзьями и близкими».

### Завершение

Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы — одно большое доброе существо. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь послушаем вместе!» Вдох — все делают шаг вперед, выдох — шаг назад. «Это не только дыхание, это и биение большого доброго сердца». Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д.

### Занятие 3.

#### Тема: «Плюсы и минусы конфликта».

##### Задачи:

- 1) предоставление возможности участникам занятия получить практический опыт конструктивного разрешения конфликтов.*
- 2) способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению.*

Материал для занятия: пластилин, игра «Лепешка», карточки-действия (см. Приложение к занятию), мяч.

### Приветствие

Ведущий начинает ритуал приветствия, хлопая по ладошке ребенка, сидящего справа от него: - Привет! Ребенок в свою очередь продолжает, хлопая по ладошке соседу справа: - Привет! И так с каждым ребенком, по очереди. Когда приветствие возвращается к ведущему, он просит всех его действия: ритмично хлопая в ладоши сказать «Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте все!».

### Игра «Лепешка»

Ведущий сообщает участникам, что сегодня они будут играть в игру «Лепешка» с измененными правилами. Теперь участники, оказавшись в чужом домике, будут выбирать «карточку – действие». На этих карточках написаны варианты поступков, которые совершил персонаж, причем как положительные, так и отрицательные.

Участник, попадая на чужое поле, выбирает карточку и зачитывает вслух действие. Задача игрока в данной ситуации - договорится с хозяином дома с учетом «сделанного». Например, договориться о возмещении ущерба и извиниться за свой проступок. Игроки должны действовать самостоятельно, ведущий должен только направлять участников и удерживать стороны от настоящего конфликта, переводя происходящее в игру.

Остальные игровые правила остаются прежними.

### Обсуждение итогов игры

Ведущий с участниками подводит итоги игры, стимулируя детей высказать свое мнение, описать свои эмоции, сформулировать, чему они научились, что

поняли для себя. Ведущий спрашивает: «Сложно ли было просить прощения?», «Как вы выбирали модель поведения?», «Было ли легче договориться, если выпадала карточка с положительным действием?», «Как хозяева домиков реагировали на хорошие и плохие действия?», «Какие можно сделать выводы?».

#### Упражнение «Ассоциации»

Участники перекидывают друг другу мяч в свободном порядке. Задача поймавшего мяч игрока – назвать ассоциацию на слово «конфликт», далее на слово «ссора», затем «драка».

В конце игры проводится обсуждение с участниками, какие ассоциации возникали, были ли положительные. Ведущий просит детей порассуждать, чем отличается ссора и драка от конфликта. Какой конфликт можно назвать продуктивным и почему.

В конце ведущий резюмирует: «Сегодня вы справились со сложным заданием. Хочется похвалить каждого. Игра вас нарочно ставила в ситуации, провоцирующие на ссору, на конфликт. Однако, методом проб и ошибок, вы смогли преодолеть это препятствие, договориться друг с другом и даже извлечь полезные для себя уроки. Вы научились находить компромисс. Тренируйте и используйте это умение, к следующей игре оно вам понадобится».

#### Завершение

Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы — одно большое доброе существо. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь послушаем вместе!» Вдох — все делают шаг вперед, выдох — шаг назад. «Это не только дыхание, это и биение большого доброго сердца». Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д.

#### Приложение к занятию

спрятался	помыл полы	принес с собой кота	залез на кровать и начал прыгать
разбил окно	принес с собой подарок	пригласил к себе в гости	обнял
приготовил обед	сломал любимую игрушку	предложил погулять вместе	заплакал
съел всю еду	громко пел	предложил дружбу	постучался в дом

В конце ведущий просит участников заполнить анкету обратной связи (Приложение 2).

#### **Занятие 4.**

##### **Тема: «Я и другие»**

*Задачи:*

- 1) развитие эмпатии, умения поставить себя на место другого человека;*
- 2) поддержание интереса к групповому взаимодействию.*

Материал для занятия: мяч, пластилин, игра «Лепешка».

#### **Приветствие**

Ведущий начинает ритуал приветствия, хлопая по ладошке ребенка, сидящего справа от него: - Привет! Ребенок в свою очередь продолжает, хлопая по ладошке соседу справа: - Привет! И так с каждым ребенком, по очереди. Когда приветствие возвращается к ведущему, он просит всех его действия: ритмично хлопая в ладоши сказать «Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте все!».

#### **Упражнение «Мое окружение»**

Ведущий в свободном порядке перекидывает игрокам мяч и просит их назвать имена людей, с кем им нравится общаться, играть, проводить время. Далее мяч перекидывается с вопросом «Почему?».

Затем вопрос меняется: «Назови тех, с кем тебе не нравится общаться, играть, быть рядом», и далее «Почему?».

Ведущий в конце упражнения подводит итог, указывая участникам на схожие ответы, почему им кто-то нравится и не нравится.

#### **Игра «Лепешка»**

Ведущий объявляет, что персонаж каждого участника в сегодняшней игре – это тот человек, который им совершенно не нравится. Игрокам нужно слепить фигурку животного, которое будет обозначать их персонажа. Ведущий объясняет, что в игре им следует действовать так, как действовал бы выбранный ими человек.

Цель игры остается та же – дойти до «неба людей» и превратить фигурку в человека. По желанию игроки могут использовать колоду с карточками-действиями.

#### **Обсуждение итогов игры**

Ведущий с участниками подводит итоги игры, стимулируя детей высказать свое мнение, описать свои эмоции, сформулировать, чему они научились, что поняли для себя. Примерные вопросы к группе: «Сложно ли вам было играть вашим персонажем?», «Нашли ли вы общие черты в себе и том человеке, ко-

торого загадали?», «Что вы можете посоветовать тому человеку, которого сегодня выбрали для игры?», «Хотелось ли вам защищать своего персонажа?», «Хотелось ли вам, что бы ваш персонаж победил?», «Как считаете, мог ли то из вашего окружения выбрать вас сегодня для игры?».

### Упражнение «Аплодисменты»

Ведущий обращается к участникам: «Сегодня вы не просто поиграли, но и хорошо поработали над собой. Это был полезный опыт. Думаю, что каждый из вас сегодня заслуживает аплодисментов». Далее участники по очереди выходят в круг, остальные дети хлопают в ладоши. Ведущий регулирует звук аплодисментов: чем ниже ладонь, тем тише, чем выше – тем громче.

Резюме ведущего: «Вы сегодня были в необычной роли. Вы играли за того, кто вам совсем не нравится. Это был интересный опыт, и ваши ответы подтверждают это. Вы смогли поставить себя на место другого, принять его и найти сильные стороны. Этим вы проявили уважение к нему как к человеку. Пусть это чувство уважения поможет вам в дальнейшем разглядеть в окружающих положительные стороны».

### Завершение

Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы — одно большое доброе существо. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь послушаем вместе!» Вдох — все делают шаг вперед, выдох — шаг назад. «Это не только дыхание, это и биение большого доброго сердца». Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д.

## Занятие 5. Тема «Дружба»

*Задачи:*

- 1) развитие умения устанавливать и сохранять отношения с окружающими;*
- 2) развитие коммуникативных навыков, умения общаться в группе;*
- 3) формирование позитивного отношения к окружающим.*

Материал для занятия: шляпа, пластилин, игра «Лепешка».

### Приветствие

Ведущий начинает ритуал приветствия, хлопая по ладошке ребенка, сидящего справа от него: - Привет! Ребенок в свою очередь продолжает, хлопая по ладошке соседу справа: - Привет! И так с каждым ребенком, по очереди. Когда приветствие возвращается к ведущему, он просит всех повторить его



действия: ритмично хлопая в ладоши сказать «Здравствуйтесь, здравствуйтесь, здравствуйтесь все!».

#### Упражнение «Волшебная шляпа»

Ведущий обращается к участникам: «Рад снова видеть вас! А знаете, что может сделать нашу встречу еще более приятной? Любую встречу сделает приятной комплимент. Сейчас мы будем передавать шляпу по кругу, пока звучит музыка, когда музыка останавливается, тот, у кого она осталась, одевает ее на соседа справа и говорит ему комплимент. А тот должен сказать: «Да, это так!». И добавить: «А еще я...». И похвалить себя самостоятельно. Затем музыка снова включается, и шляпа продолжает круг. Так до тех пор, пока каждый игрок не получит по комплименту (поэтому ведущему рекомендуется регулировать выключение музыки).

#### Игра «Лепешка»

Ведущий объявляет о новых правилах игры: участники создают персонажей игры по своему желанию. Дополнительно к персонажу из пластилина того же цвета создается «мешок подарков» - любые фигурки, предметы (например, шары, морковки, лепешки и т.п.).

Каждый персонаж передвигается в соответствии с основными правилами игры: на то количество полей, которое выпало при броске кубика. Однако при попадании на поле другого игрока он автоматически становится гостем домика.

Задача хозяина поля – уговорить гостя подарить ему подарок из его «мешка». Дети должны действовать самостоятельно, пробуя разные модели поведения: уговоры, угощения, обмен, радушный прием, угрозы и т.п. Задача ведущего – направлять участников, указывать на результаты их действия, стимулировать группу к взаимодействию. Тот участник, который дойдет до «неба людей» первым и получит подарки от каждого персонажа, сможет превратить свою фигурку в человека.

#### Обсуждение итогов игры

Ведущий с участниками подводит итоги игры, стимулируя детей высказать свое мнение, описать свои эмоции, сформулировать, чему они научились, что поняли для себя, что смогут использовать. Примерные вопросы к группе: «Легко было дарить подарки?», «Как считаете, почему некоторые долго не хотели дарить подарок из мешка?», «Какой способ получения был самый эффективный?», если кто-то не получил ни одного подарка, ведущий спрашивает «Какой принцип ты выбирал, прося подарок?», «Хотелось тебе получить подарок? Или больше хотелось поспорить с гостем?», «Как думаешь, почему подарок тебе не достался» и т.п.

В конце ведущий резюмирует: «Сегодняшняя наша встреча была полна подарков. Надеюсь, что она доставила вам много положительных эмоций. Сегодня вы узнали, что хорошее отношение к другому человеку обычно приносит свои плоды и душевное удовлетворение».

### Завершение

Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы — одно большое доброе существо. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь послушаем вместе!» Вдох — все делают шаг вперед, выдох — шаг назад. «Это не только дыхание, это и биение большого доброго сердца». Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д.

## Итоговое занятие

### Приветствие

Ведущий начинает ритуал приветствия, хлопая по ладошке ребенка, сидящего справа от него: - Привет! Ребенок в свою очередь продолжает, хлопая по ладошке соседу справа: - Привет! И так с каждым ребенком, по очереди. Когда приветствие возвращается к ведущему, он просит всех повторить его действия: ритмично хлопая в ладоши сказать «Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте все!».

### «Мои достижения»

Ведущий сообщает участникам: «Наше совместное путешествие в пластилиновую стану подошло к концу. Мы с вами не просто весело проводили время, но и учились, и менялись, и росли. На каждом занятии вы преодолевали трудности, учились договариваться, мириться, слушать друг друга. У каждого из вас произошли положительные перемены. А что бы вы могли увидеть их наглядно, я подготовил/а для вас листы достижений. На них отражены ваши результаты диагностики до начала занятий и после. Посмотрите, каждому из вас есть чем гордиться». Ведущий раздает листы участникам (образец – Приложение 3), дает время участникам с ними ознакомиться и обсудить между собой.

### Говорящий фонарь

Ведущий предлагает детям обсудить всей группой итоги занятий, определенным образом. Группе демонстрируется «говорящий» фонарь. Правила обсуждения: ребенок, который хочет высказаться, должен взять «говорящий» фонарь (можно заменить на фонарик, свечу, мяч и т.п.). Участники высказываются о своих впечатлениях, об изменениях, что они отметили в себе и других. Группа в это время не должна перебивать говорящего.

Ведущий помогает детям наводящими вопросами: «Что больше всего запомнилось?», «Какие выводы ты заберешь с собой?», «Трудно ли договариваться?», «Какие изменения в других ты бы отметил?» и т. п.

### Обратная связь

Ведущий просит участников заполнить анкеты обратной связи.

### Завершение

Участники встают в круг и берутся за руки. Ведущий тихим голосом говорит: «Мы — одно большое доброе существо. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь послушаем вместе!» Вдох — все делают шаг вперед, выдох — шаг назад. «Это не только дыхание, это и биение большого доброго сердца». Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д.

*Примечание: по желанию можно организовать совместное чаепитие.*

## Диагностический пакет для оценки на начальном этапе

### *Диагностика параметра: склонность к агрессии, конфликтности*

#### **Оценка уровня конфликтности и агрессии Диагностическая методика «Картинки» (Калинина Р.Р.) (для детей 8-13 лет)**

Цель: изучение отношения ребенка к конфликтной ситуации;

Материал: сюжетные картинки

Содержание: Каждому ребенку индивидуально предлагаются четыре картинки со сценами из повседневной жизни, изображающие следующие ситуации:

1. Группа детей не принимает своего сверстника в игру.
2. Девочка сломала у другой девочки её игрушку/вещь.
3. Мальчик взял без спроса игрушку/вещь девочки.
4. Мальчик рушит постройку из кубиков у детей.

Примечание: картинки могут быть подобные, но представляющие конфликтную ситуацию для детей

Ребёнок должен понять изображённый на картинке конфликт между детьми и рассказать, что бы он стал делать на месте обиженного персонажа.

Критерии и оценка результатов: В качестве критерия в оценки отношения ребенка к конфликтной ситуации выступает способ реагирования ребенка на конфликтную ситуацию:

- избегание конфликтной ситуации;
- агрессивная реакция при разрешении конфликтной ситуации;
- вербальная реакция на конфликтную ситуацию;
- продуктивный способ разрешения конфликтной ситуации.

В протоколе фиксируется количество используемых детьми способов реагирования на конфликтную ситуацию, отображенную на картинке. Подсчитав количество баллов.

Протокол регистрации показателей наблюдения.

	Способы реагирования			
ФИО, возраст	избегание конфликтной ситуации	агрессивная реакция при разрешении конфликтной ситуации	вербальная реакция на конфликтную ситуацию	продуктивный способ разрешения конфликтной ситуации

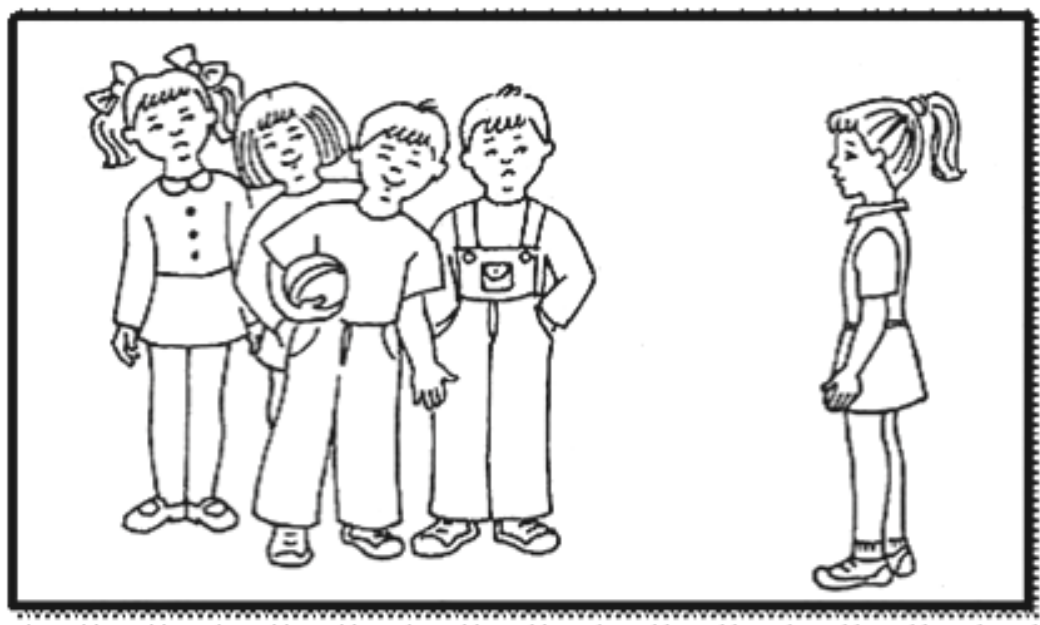
Протокол заполняется следующим образом: в первом столбце вносятся данные обследуемого, в столбцах с вариантами реагирования вносятся номера предъявленных картинок в соответствии с выбором ребенка. Например, если Маша Н. на картинку № 1 «Группа детей не принимает своего сверстника в игру» выбрала способ «вербальная реакция на конфликтную ситуацию», то протокол заполняется так.

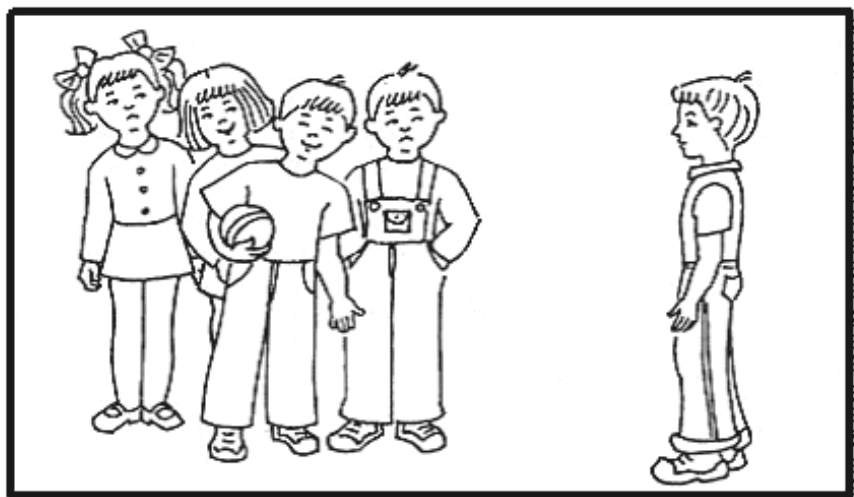
ФИО, возраст	Способы реагирования			
	избегание конфликтной ситуации	агрессивная реакция при разрешении конфликтной ситуации	вербальная реакция на конфликтную ситуацию	продуктивный способ разрешения конфликтной ситуации
Маша Н.			№ 1	

Таким образом, из таблицы будет видно на какие картинки у каждого ребенка какой способ реагирования и какой способ преобладает.

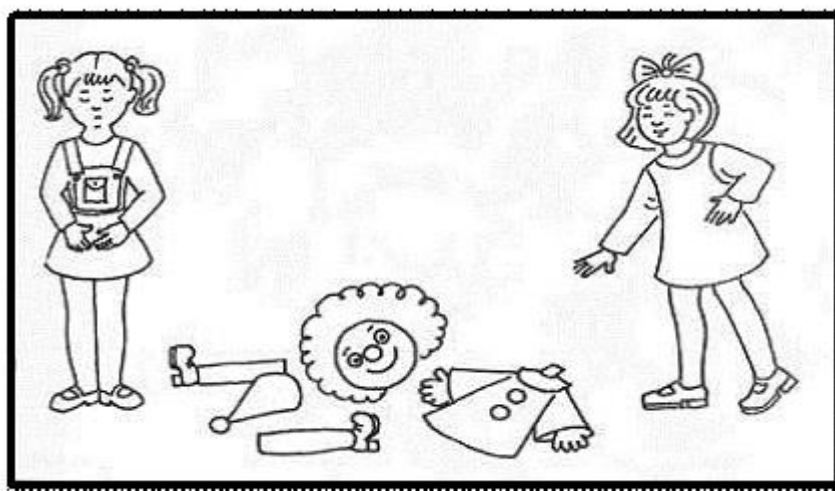
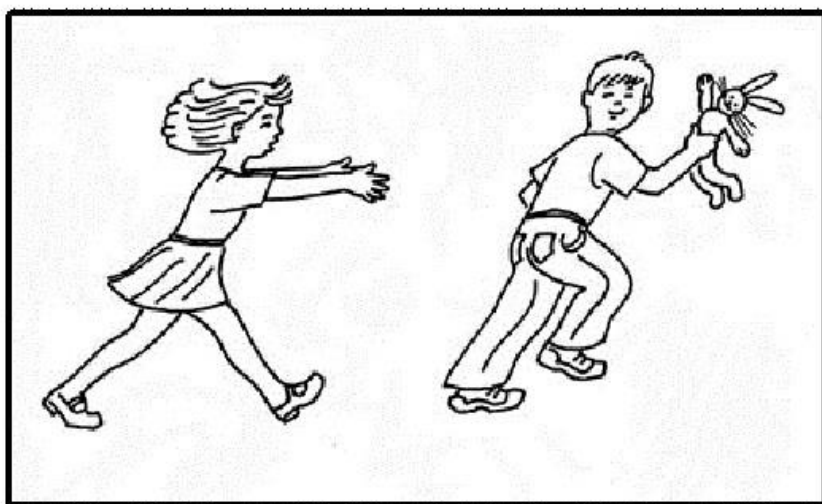
Сtimульный материал:

Вариант для девочек





Вариант для мальчиков



**Опросник исследования уровня агрессивности,  
авторы А. Басс и А. Дарки (на русском языке стандартизирован А.А.  
Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой)  
(для детей 13-18 лет)**

Опросник предназначен для диагностики агрессивных и враждебных реакций. Под агрессивностью понимается свойство личности, характеризующееся наличием деструктивных тенденций, в основном в области субъектно-объектных отношений. Враждебность понимается как реакция, развивающая негативные чувства и негативные оценки людей и событий. Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.

Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им



угрызения совести.

Бланк опроса

Фамилия \_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_

Отчество \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Дата и место тестирования \_\_\_\_\_

Время тестирования \_\_\_\_\_

**Инструкция.**

*Отметьте «да», если вы согласны с утверждением, и «нет» - если не согласны. Старайтесь долго над вопросами не раздумывать.*

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
20. Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.



22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, увиливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их "щелкнули по носу".
34. Я никогда не бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к "сильным" выражениям.
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: "Никогда не доверять "чужакам".
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю.
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.

58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только со злости.
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

### Обработка результатов.

*Индексы различных форм агрессивных и враждебных реакций определяются суммированием полученных ответов.*

№ п/п	Вид агрессии	Вариант ответа	Номера высказываний	Баллы
1	Физическая агрессия	да	№ 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68	
		нет	№ 9, 17, 41	
2	Косвенная агрессия	да	№ 2, 18, 34, 42, 56, 63	
		нет	№ 10, 26, 49	

3	Раздражение	да	№ 3,19, 27, 43, 50, 57, 64, 72	
		нет	№ 11, 35, 69.	
4	Негативизм	да	№ 4, 12, 20, 23, 36	
5	Обида	да	№ 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58	
		нет	№ 44	
6	Подозрительность	да	№ 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59	
		нет	№ 65,70	
7	Вербальная агрессия	да	№ 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60. 71, 73	
		нет	№ 39, 74, 75	
8	Угрызения совести, чувство вины	да	№ 8.16, 24, 32, 40, 47, 54,61,67	

Физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение и вербальная агрессия вместе образуют суммарный индекс агрессивных реакций, а обида и подозрительность — индекс враждебности;

враждебность - общая негативная, недоверчивая позиция по отношению к окружающим;

агрессия - активные внешние реакции агрессии по отношению к конкретным лицам.

*Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалы, а индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.*

Нормой агрессивности является величина её индекса, равная 21 плюс - минус 4, а враждебности — 6,5–7 плюс-минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определённой величины, показывающей степень проявления агрессивности.

## Оценка параметра: уровень развития коммуникативных навыков

### Методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян, модификация Н. Эпштейна) (для детей от 8 – 18 лет)

Методика «Шкала эмоционального отклика» позволяет проанализировать общие эмпатические тенденции испытуемого, такие ее параметры, как уровень выраженности способности к эмоциональному отклику на переживания другого степень соответствия/несоответствия знака переживаний объекта и субъекта эмпатии. Объектами эмпатии выступают социальные ситуации и люди, которым испытуемый мог сопереживать в повседневной жизни.

Инструкция. Прочитайте приведенные ниже утверждения и оцените степень своего согласия или несогласия с каждым из них (поставьте отметку в соответствующей графе бланка для ответов), ориентируясь на то, как Вы обычно ведете себя в подобных ситуациях.

№ п/п	Утверждение	Ответ			
		Согласен (всегда)	Скорее согласен (часто)	Скорее не согласен (редко)	Не согласен (никогда)
1	Меня огорчает, когда вижу, что незнакомый человек чувствует себя среди других людей одиноко.				
2	Мне неприятно, когда люди не умеют сдерживаться и открыто проявляют свои чувства.				
3	Когда кто-то рядом со мной нервничает, я тоже начинаю нервничать				
4	Я считаю, что плакать от счастья глупо				
5	Я близко к сердцу принимаю про-				

	блемы своих друзей				
6	Иногда песни о любви вызывают у меня много чувств				
7	Я бы сильно волновался, если бы должен был сообщить человеку неприятное для него известие				
8	На мое настроение очень влияют окружающие люди				
9	Мне хотелось бы получить профессию, связанную с общением с людьми				
10	Мне очень нравится наблюдать, как люди принимают подарки				
11	Когда я вижу плачущего человека, то и сам расстраиваюсь				
12	Слушая некоторые песни, я порой чувствую себя счастливым				
13	Когда я читаю книгу (роман, повесть и т. п.), то так переживаю, как будто все, о чем читаю, происходит на самом деле				
14	Когда я вижу, что с кем-то плохо обращаются, то всегда сержусь				
15	Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг волнуются				
16	Мне неприятно, когда люди при				

	просмотре кинофильма вздыхают и плачут				
17	Когда я принимаю решение, отношение других людей к нему, как правило, роли не играет				
18	Я теряю душевное спокойствие, когда окружающие чем-то угнетены				
19	Я переживаю, если вижу людей, легко расстраивающихся из-за пустяков				
20	Я очень расстраиваюсь, когда вижу страдания животных				
21	Глупо переживать по поводу того, что происходит в кино или о чем читаешь в книге				
22	Я очень расстраиваюсь, когда вижу беспомощных старых людей				
23	Я очень переживаю, когда смотрю фильм				
24	Я могу остаться равнодушным к любому волнению вокруг				
25	Маленькие дети плачут без причины				

**Обработка результатов** проводится в соответствии с ключом. За каждый ответ начисляется от 1 до 4 баллов.

Номер утверждения	Ответ (в баллах)			
	Согласен (всегда)	Скорее согласен (часто)	Скорее не согласен (редко)	Не согласен (никогда)
1	4	3	2	1
2	1	2	3	4
3	4	3	2	1
4	1	2	3	4
5	4	3	2	1
6	4	3	2	1
7	4	3	2	1
8	4	3	2	1
9	4	3	2	1
10	4	3	2	1
11	4	3	2	1
12	4	3	2	1
13	4	3	2	1
14	4	3	2	1
15	1	2	3	4
16	1	2	3	4
17	1	2	3	4
18	4	3	2	1
19	4	3	2	1
20	4	3	2	1
21	1	2	3	4
22	4	3	2	1
23	4	3	2	1
24	1	2	3	4
25	1	2	3	4

### ***Анализ и интерпретация результатов***

Общая оценка подсчитывается путем суммирования баллов.

Выделяют следующие уровни выраженности способности личности к эмоциональному отклику на переживания других людей (эмпатии):

82–90 баллов — очень высокий уровень; 63–81 балл — высокий уровень; 37–62 балла — нормальный уровень; 36–12 баллов — низкий уровень; 11 баллов и менее — очень низкий уровень.

Высокие показатели по способности к эмпатии находятся в обратной связи с агрессивностью и склонностью к насилию; высоко коррелируют с покладистостью, уступчивостью, готовностью прощать других (но не себя), готовностью выполнять рутинную работу.

Люди с **высокими** показателями по шкале эмоционального отклика в сравнении с теми, у кого низкие показатели чаще:

- на эмоциональные стимулы реагируют изменением кожной проводимости и учащением сердцебиения;
- более эмоциональны, чаще плачут;
- как правило, имели родителей, которые проводили с ними много времени, ярко проявляли свои эмоции и говорили о своих чувствах;
- проявляют альтруизм в реальных поступках, склонны оказывать людям деятельную помощь;
- демонстрируют аффилиативное поведение (способствующее поддержанию и укреплению дружеских отношений);
- менее агрессивны;
- оценивают позитивные социальные черты как важные; более ориентированы на моральные оценки.

Умение сопереживать другим людям — ценное качество, однако при его **гипертрофии (очень высокий уровень)** может формироваться эмоциональная зависимость от других людей, болезненная ранимость, что затрудняет эффективную социализацию и даже может приводить к различным психосоматическим заболеваниям.

Люди со **средним** (нормальным) уровнем развития эмпатии в межличностных отношениях более склонны судить о других по поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Как правило, они хорошо контролируют собственные эмоциональные проявления, но при этом часто затрудняются прогнозировать развитие отношений между людьми.

Люди с **низким** уровнем развития эмпатии в межличностных отношениях испытывают затруднения в установлении контактов с людьми, некомфортно чувствуют себя в большой компании, не понимают эмоциональных проявлений поступков, часто не находят взаимопонимания с окружающими. Они гораздо более продуктивны при индивидуальной работе, чем при групповой,



склонны к рациональным решениям, больше ценят других за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость.

Выбор неэффективных поведенческих стратегий может быть следствием личностных особенностей человека или свидетельством незнания им деятельных форм участия в жизни других людей. Для развития эмпатических способностей нужно совершенствовать коммуникативные навыки, особенно умение слушать другого, перефразировать, отражать и отзеркаливать эмоции. Очень полезны тренинги ассертивности, «гимнастика чувств».

**Тест коммуникативных умений Михельсона  
(адаптация Ю.З. Гильбуха)  
для детей 14-18 лет**

Тест Л. Михельсона (перевод и адаптация Ю. З. Гильбуха) предназначен для определения уровня коммуникативной компетентности и качества сформированности основных коммуникативных умений.

**Инструкция:** Мы просим Вас внимательно прочитать каждую из описанных ситуаций и выбрать один вариант поведения в ней. Это должно быть наиболее характерное для Вас поведение, то, что Вы действительно делаете в таких случаях, а не то, что, по-вашему, следовало бы делать.

1. Кто-либо говорит Вам: "Мне кажется, что Вы замечательный человек". Вы обычно в подобных ситуациях:
  - а) Говорите: "Нет, что Вы! Я таким не являюсь".
  - б) Говорите с улыбкой: "Спасибо, я действительно человек выдающийся".
  - в) Говорите: "Спасибо".
  - г) Ничего не говорите и при этом краснеете.
  - д) Говорите: "Да, я думаю, что отличаюсь от других и в лучшую сторону".
2. Кто-либо совершает действие или поступок, которые, по Вашему мнению, являются замечательными. В таких случаях Вы обычно:
  - а) Поступаете так, как если бы это действие не было столь замечательным, и при этом говорите: "Нормально!"
  - б) Говорите: "Это было отлично, но я видел результаты получше".
  - в) Ничего не говорите.
  - г) Говорите: "Я могу сделать гораздо лучше".
  - д) Говорите: "Это действительно замечательно!"
3. Вы занимаетесь делом, которое Вам нравится, и думаете, что оно у Вас получается очень хорошо. Кто-либо говорит: "Мне это не нравится!" Обычно в таких случаях Вы:
  - а) Говорите: "Вы - болван!"

- б) Говорите: "Я все же думаю, что это заслуживает хорошей оценки".
- в) Говорите: "Вы правы", хотя на самом деле не согласны с этим.
- г) Говорите: "Я думаю, что это выдающийся уровень. Что Вы в этом понимаете".
- д) Чувствуете себя обиженным и ничего не говорите в ответ.
4. Вы забыли взять с собой какой-то предмет, а думали, что принесли его, и кто-то говорит Вам: "Вы такой растяпа! Вы забыли бы и свою голову, если бы она не была прикреплена к плечам". Обычно Вы в ответ:
- а) Говорите: "Во всяком случае, я толковее Вас. Кроме того, что Вы в этом понимаете!"
- б) Говорите: "Да, Вы правы. Иногда я веду себя как растяпа".
- в) Говорите: "Если кто-либо растяпа, то это Вы".
- г) Говорите: "У всех людей есть недостатки. Я не заслуживаю такой оценки только за то, что забыл что-то".
- д) Ничего не говорите или вообще игнорируете это заявление.
5. Кто-либо, с кем Вы договорились встретиться, опоздал на 30 минут, и это Вас расстроило, причем человек этот не дает никаких объяснений своему опозданию. В ответ Вы обычно:
- а) Говорите: "Я расстроен тем, что Вы заставили меня столько ожидать".
- б) Говорите: "Я все думал, когда же Вы придете".
- в) Говорите: "Это был последний раз, когда я заставил себя ожидать Вас".
- г) Ничего не говорите этому человеку.
- д) Говорите: "Вы же обещали! Как Вы смели так опаздывать!"
6. Вам нужно, чтобы кто-либо сделал для Вас одну вещь. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Никого ни о чем не просите.
- б) Говорите: "Вы должны сделать это для меня".
- в) Говорите: "Не могли бы Вы сделать для меня одну вещь?", после этого объясняете суть дела.
- г) Слегка намекаете, что Вам нужна услуга этого человека.
- д) Говорите: "Я очень хочу, чтобы Вы сделали это для меня".
7. Вы знаете, что кто-то чувствует себя расстроенным. Обычно в таких ситуациях Вы:
- а) Говорите: "Вы выглядите расстроенным. Не могу ли я помочь?"
- б) Находясь рядом с этим человеком, не заводите разговора о его состоянии.
- в) Говорите: "У Вас какая-то неприятность?"
- г) Ничего не говорите и оставляете этого человека наедине с собой.
- д) Смеясь говорите: "Вы просто как большой ребенок!"

8. Вы чувствуете себя расстроенным, а кто-либо говорит: "Вы выглядите расстроенным". Обычно в таких ситуациях Вы:
- а) Отрицательно качаете головой или никак не реагируете.
  - б) Говорите: "Это не Ваше дело!"
  - в) Говорите: "Да, я немного расстроен. Спасибо за участие".
  - г) Говорите: "Пустяки".
  - д) Говорите: "Я расстроен, оставьте меня одного".
9. Кто-либо порицает Вас за ошибку, совершенную другими. В таких случаях Вы обычно:
- а) Говорите: "Вы с ума сошли!"
  - б) Говорите: "Это не моя вина. Эту ошибку совершил кто-то другой".
  - в) Говорите: "Я не думаю, что это моя вина".
  - г) Говорите: "Оставьте меня в покое, Вы не знаете, что Вы говорите".
  - д) Принимаете свою вину или не говорите ничего.
10. Кто-либо просит Вас сделать что-либо, но Вы не знаете, почему это должно быть сделано. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Говорите: "Это не имеет никакого смысла, я не хочу это делать".
  - б) Выполняете просьбу и ничего не говорите.
  - в) Говорите: "Это глупость; я не собираюсь этого делать".
  - г) Прежде чем выполнить просьбу, говорите: "Объясните, пожалуйста, почему это должно быть сделано".
  - д) Говорите: "Если Вы этого хотите...", после чего выполняете просьбу.
11. Кто-то говорит Вам, что по его мнению, то, что Вы сделали, великолепно. В таких случаях Вы обычно:
- а) Говорите: "Да, я обычно это делаю лучше, чем большинство других людей".
  - б) Говорите: "Нет, это не было столь здорово".
  - в) Говорите: "Правильно, я действительно это делаю лучше всех".
  - г) Говорите: "Спасибо".
  - д) Игнорируете услышанное и ничего не отвечаете.
12. Кто-либо был очень любезен с Вами. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Говорите: "Вы действительно были очень любезны по отношению ко мне".
  - б) Действуете так, будто этот человек не был столь любезен к Вам, и говорите: "Да, спасибо".
  - в) Говорите: "Вы вели себя в отношении меня вполне нормально, но я заслуживаю большего".
  - г) Игнорируете этот факт и ничего не говорите.

- д) Говорите: "Вы вели себя в отношении меня недостаточно хорошо".
13. Вы разговариваете с приятелем очень громко, и кто-либо говорит Вам: "Извините, но Вы ведете себя слишком шумно". В таких случаях Вы обычно:
- а) Немедленно прекращаете беседу.
  - б) Говорите: "Если Вам это не нравится, проваливайте отсюда".
  - в) Говорите: "Извините, я буду говорить тише", после чего ведется беседа приглушенным голосом.
  - г) Говорите: "Извините" и прекращаете беседу.
  - д) Говорите: "Все в порядке" и продолжаете громко разговаривать.
14. Вы стоите в очереди, и кто-либо становится впереди Вас. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Негромко комментируете это, ни к кому не обращаясь, например: "Некоторые люди ведут себя очень нервно".
  - б) Говорите: "Становитесь в хвост очереди!"
  - в) Ничего не говорите этому типу.
  - г) Говорите громко: "Выйди из очереди, ты, нахал!"
  - д) Говорите: "Я занял очередь раньше Вас. Пожалуйста, станьте в конец очереди".
15. Кто-либо делает что-нибудь такое, что Вам не нравится и вызывает у Вас сильное раздражение. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Выкрикиваете: "Вы болван, я ненавижу Вас!"
  - б) Говорите: "Я сердит на Вас. Мне не нравится то, что Вы делаете".
  - в) Действуете так, чтобы повредить этому делу, но ничего этому типу не говорите.
  - г) Говорите: "Я рассержен. Вы мне не нравитесь".
  - д) Игнорируете это событие и ничего не говорите этому типу.
16. Кто-либо имеет что-нибудь такое, чем Вы хотели бы пользоваться. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Говорите этому человеку, чтобы он дал Вам эту вещь.
  - б) Воздерживаетесь от всяких просьб.
  - в) Отбираете эту вещь.
  - г) Говорите этому человеку, что Вы хотели бы пользоваться данным предметом, и затем просите его у него.
  - д) Рассуждаете об этом предмете, но не просите его для пользования.
17. Кто-либо спрашивает, может ли он получить у Вас определенный предмет для временного пользования, но так как это новый предмет, Вам не хочется его одалживать. В таких случаях Вы обычно:
- а) Говорите: "Нет, я только что достал его и не хочу с ним расставаться; может быть когда-нибудь потом".

- б) Говорите: "Вообще-то я не хотел бы его давать, но Вы можете попользоваться им".
  - в) Говорите: "Нет, приобретайте свой!"
  - г) Одалживаете этот предмет вопреки своему нежеланию.
  - д) Говорите: "Вы с ума сошли!"
18. Какие-то люди ведут беседу о хобби, которое нравится и Вам, и Вы хотели бы присоединиться к разговору. В таких случаях Вы обычно:
- а) Не говорите ничего.
  - б) Прерываете беседу и сразу же начинаете рассказывать о своих успехах в этом хобби.
  - в) Подходите поближе к группе и при удобном случае вступаете в разговор.
  - г) Подходите поближе и ожидаете, когда собеседники обратят на Вас внимание.
  - д) Прерываете беседу и тотчас начинаете говорить о том, как сильно Вам нравится это хобби.
19. Вы занимаетесь своим хобби, а кто-либо спрашивает: "Что Вы делаете?" Обычно Вы:
- а) Говорите: "О, это пустяк". Или: "Да ничего особенного".
  - б) Говорите: "Не мешайте, разве Вы не видите, что я занят?"
  - в) Продолжаете молча работать.
  - г) Говорите: "Это совсем Вас не касается".
  - д) Прекращаете работу и объясняете, что именно Вы делаете.
20. Вы видите споткнувшегося и падающего человека. В таких случаях Вы:
- а) Рассмеявшись, говорите: "Почему Вы не смотрите под ноги?"
  - б) Говорите: "У Вас все в порядке? Может быть я что-либо могу для Вас сделать?"
  - в) Спрашиваете: "Что случилось?"
  - г) Говорите: "Это все колдобины в тротуаре".
  - д) Никак не реагируете на это событие.
21. Вы стукнулись головой о полку и набили шишку. Кто-либо говорит: "С Вами все в порядке?" Обычно Вы:
- а) Говорите: "Я прекрасно себя чувствую. Оставьте меня в покое!"
  - б) Ничего не говорите, игнорируя этого человека.
  - в) Говорите: "Почему Вы не занимаетесь своим делом?"
  - г) Говорите: "Нет, я ушиб свою голову, спасибо за внимание ко мне".
  - д) Говорите: "Пустяки, у меня все будет о'кей".
22. Вы допустили ошибку, но вина за нее возложена на кого-либо другого. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Не говорите ничего.
  - б) Говорите: "Это их ошибка!"

- в) Говорите: "Эту ошибку допустил Я".
  - г) Говорите: "Я не думаю, что это сделал этот человек".
  - д) Говорите: "Это их горькая доля".
23. Вы чувствуете себя оскорбленным словами, сказанными кем-либо в Ваш адрес. В таких случаях Вы обычно:
- а) Уходите прочь от этого человека, не сказав ему, что он расстроил Вас.
  - б) Заявляете этому человеку, чтобы он не смел больше этого делать.
  - в) Ничего не говорите этому человеку, хотя чувствуете себя обиженным.
  - г) В свою очередь оскорбляете этого человека, называя его по имени.
  - д) Заявляете этому человеку, что Вам не нравится то, что он сказал, и что он не должен этого делать снова.
24. Кто-либо часто перебивает, когда Вы говорите. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Говорите: "Извините, но я хотел бы закончить то, о чем рассказывал".
  - б) Говорите: "Так не делают. Могу я продолжить свой рассказ?"
  - в) Прерываете этого человека, возобновляя свой рассказ.
  - г) Ничего не говорите, позволяя другому человеку продолжать свою речь.
  - д) Говорите: "Замолчите! Вы меня перебили!"
25. Кто-либо просит Вас сделать что-либо, что помешало бы Вам осуществить свои планы. В этих условиях Вы обычно:
- а) Говорите: "Я действительно имел другие планы, но я сделаю то, что Вы хотите".
  - б) Говорите: "Ни в коем случае! Поищите кого-нибудь еще".
  - в) Говорите: "Хорошо, я сделаю то, что Вы хотите".
  - г) Говорите: "Отойдите, оставьте меня в покое".
  - д) Говорите: "Я уже приступил к осуществлению других планов. Может быть, когда-нибудь потом".
26. Вы видите кого-либо, с кем хотели бы встретиться и познакомиться. В этой ситуации Вы обычно:
- а) Радостно окликаете этого человека и идете ему навстречу.
  - б) Подходите к этому человеку, представляетесь и начинаете с ним разговор.
  - в) Подходите к этому человеку и ждете, когда он заговорит с Вами.
  - г) Подходите к этому человеку и начинаете рассказывать о крупных делах, совершенных Вами.
  - д) Ничего не говорите этому человеку.
27. Кто-либо, кого Вы раньше не встречали, останавливается и окликает Вас возгласом "Привет!" В таких случаях Вы обычно:

- а) Говорите: "Что Вам угодно?"
- б) Не говорите ничего
- в) Говорите: "Оставьте меня в покое".
- г) Произносите в ответ "Привет!", представляетесь и просите этого человека представиться в свою очередь.
- д) Киваете головой, произносите "Привет!" и проходите мимо.

Данный тест представляет собой разновидность теста достижений, то есть построен по типу задачи, у которой есть правильный ответ. В тесте предполагается некоторый эталонный вариант поведения, который соответствует компетентному, уверенному, партнерскому стилю. Степень приближения к эталону можно определить по числу правильных ответов. Неправильные ответы подразделяются на неправильные "снизу" (зависимые) и неправильные "сверху" (агрессивные). Опросник содержит описание 27 коммуникативных ситуаций. К каждой ситуации предлагается 5 возможных вариантов поведения. Надо выбрать один, присущий именно ему способ поведения в данной ситуации. Нельзя выбирать два или более вариантов или приписывать вариант, не указанный в опроснике. Авторами предлагается ключ, с помощью которого можно определить, к какому типу реагирования относится выбранный вариант ответа: уверенному, зависимому или агрессивному. В итоге предлагается подсчитать число правильных и неправильных ответов в процентном отношении к общему числу выбранных ответов.

Все вопросы разделены авторами на 5 типов коммуникативных ситуаций:

- ситуации, в которых требуется реакция на положительные высказывания партнера (вопросы 1, 2, 11, 12)
- ситуации, в которых подросток (старшеклассник) должен реагировать на отрицательные высказывания (вопросы 3, 4, 5, 15, 23, 24)
- ситуации, в которых к подростку (старшекласснику) обращаются с просьбой (вопросы 6, 10, 14, 16, 17, 25)
- ситуации беседы (13, 18, 19, 26, 27)
- ситуации, в которых требуется проявление эмпатии (понимание чувств и состояний другого человека (вопросы 7, 8, 9, 20, 21, 22).

#### **Обработка и анализ результатов:**

Отметьте, какой способ общения Вы выбрали (зависимый, компетентный, агрессивный) в каждой предложенной ситуации в соответствии с ключом. Проанализируйте результаты: какие умения у Вас сформированы, какой тип поведения преобладает?

Блоки умений:

1. Умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника - вопросы 1, 2, 11, 12.
2. Реагирование на справедливую критику - вопросы 4, 13.

3. Реагирование на несправедливую критику - вопросы 3, 9.
4. Реагирование на задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника - вопросы 5, 14, 15, 23, 24.
5. Умение обратиться к сверстнику с просьбой - вопросы 6, 16.
6. Умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать "нет" - вопросы 10, 17, 25.
7. Умение самому оказать сочувствие, поддержку - вопросы 7, 20.
8. Умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников - вопросы 8, 21.
9. Умение вступить в контакт с другим человеком, контактность - вопросы 18, 26.
10. Реагирование на попытку вступить с тобой в контакт - вопросы 19, 27.

### КЛЮЧИ

	зависимые	компетентные	агрессивные
1	АГ	БВ	Д
2	АВ	Д	БГ
3	ВД	Б	АГ
4	БД	Г	АВ
5	Г	АБ	ВД
6	АГ	ВД	Б
7	БГ	АВ	Д
8	АГ	В	БД
9	Д	БВ	АГ
10	БД	Г	АВ
11	БД	Г	АВ
12	БГ	А	ВД
13	АГ	В	БД
14	АВ	Д	БГ
15	ВД	Б	АГ
16	БД	Г	АВ
17	Г	АБ	ДВ
18	АГ	В	БД
19	АВ	Д	БГ
20	ГД	БВ	А
21	Б	ГД	АВ
22	А	ВГ	БД
23	АВ	Д	БГ



24	Г	АБ	ВД
25	В	АД	БГ
26	ВД	АБ	Г
27	БД	АГ	В

### *Диагностика параметра: наличие тревожности, социальных страхов и самооценка*

#### **Тест «Дерево с человечками»**

Автор теста — психолог Джон Ломпен. Благодаря ему можно понять уровень самооценки ребенка, выявить причины проблем в общении и понять, насколько адекватно ли ребенок воспринимает себя в обществе.

Как проводить тест:

Предложите ребенку рассмотреть картинку. На ней 21 человечек и дерево. У каждого свое занятие, все находятся в разных местах, у них определенное настроение.

Затем попросите раскрасить картинку.

Пусть красным карандашом ребенок раскрасит человечка, который напоминает ему самого себя, собственное настроение и положение в школе или среди друзей.

А зеленым — того человечка, которым хотелось бы быть и на чьем месте хочется оказаться.

Оцените, с положением какого человечка ребенок отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

на самооценку для детей

Ключ к тесту:

№ 1, 3, 6, 7 — установка на преодоление препятствий

№ 2, 11, 12, 18, 19 — настрой на общительность, дружескую поддержку

№ 4 — устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудностей)

№ 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость

№ 8 — отстраненность от учебного процесса, уход в себя

№ 9 — мотивация на развлечения

№ 10, 15 — комфортное состояние, нормальная адаптация

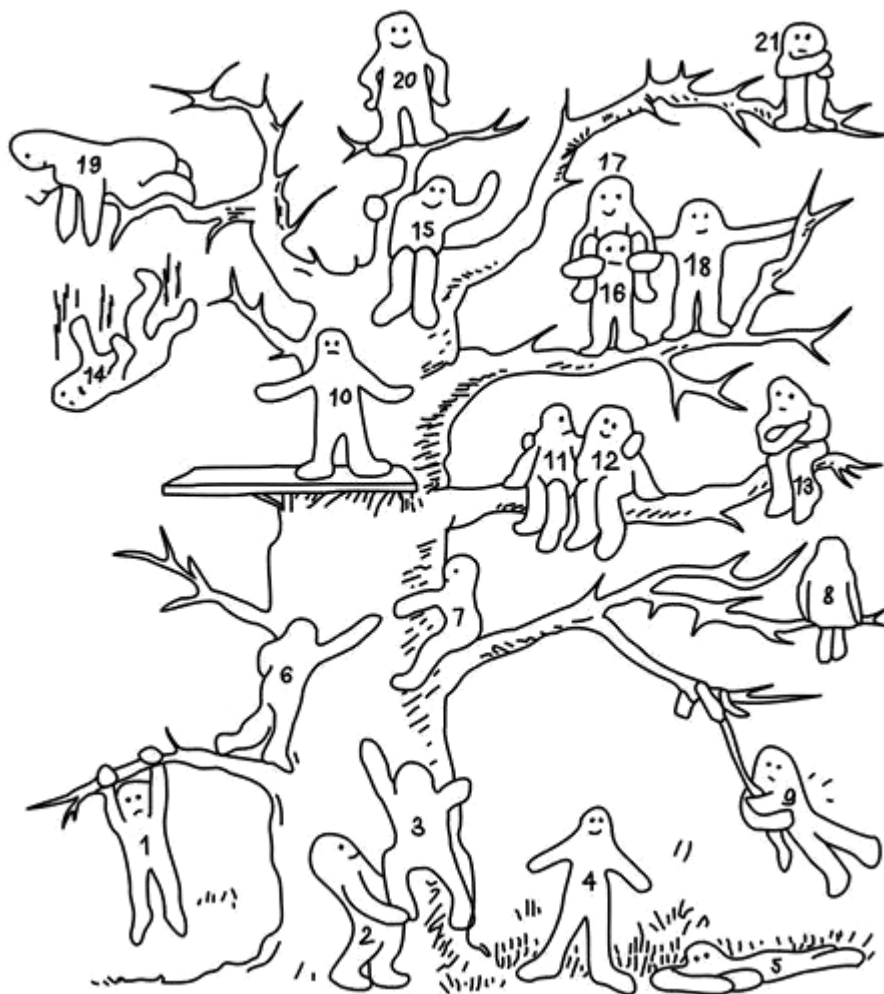
№ 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность

№ 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть»

№ 16 — дети не всегда понимают как позицию человечка, который несет на себе человечка № 17 — они склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим

№ 17 — неспособность самостоятельно справиться с возникающими проблемами

№ 20 — завышенная самооценка и установка на лидерство



### Тест «Страхи в домиках» (М.Панфиловой)

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах): черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: "Скажи, ты боишься или не боишься ...".

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа "да" - "нет" или "боюсь" - "не боюсь". Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа "не боюсь темноты", а не "нет" или "да". Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии.

Инструкция для ребенка: "В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам".

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища. (У школьников к этому списку добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки, Пиковой Дамы - вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);
11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);
13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);

16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
17. когда очень высоко (страх высоты);
18. когда очень глубоко (страх глубины);
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро  
(страх замкнутого пространства);
20. воды;
21. огня;
22. пожара;
23. войны;
24. больших улиц, площадей;
25. врачей (кроме зубных);
26. крови (когда идет кровь);
27. уколов;
28. боли (когда больно);
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);
30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);
31. опоздать в сад (школу)

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

- медицинские страхи- боль, уколы, врачи, болезни;
- страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;
- страх смерти (своей);
- боязнь животных;
- страхи сказочных персонажей;
- страх темноты и кошмарных снов;
- **социально-опосредованные страхи** - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;
- пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств.

Возрастные особенности появления страхов:

Младший дошкольный возраст - боязнь сказочных персонажей, уколов, боли, крови, высоты, неожиданных звуков, одиночества, темноты, замкнутого пространства.

Старший дошкольный возраст- страх смерти, смерти родителей, страх животных, сказочных персонажей, глубины, страшных снов, огня, пожара, нападения, страх войны.

Младший школьный возраст - страх опоздания в школу, порицания, сделать что-нибудь не так, страх несчастья (магические представления).

Подростковый возраст - страх смерти родителей, страх войны.

**Диагностический пакет на заключительном этапе  
(форма проведения - групповая)**

*Оценка параметров: склонность к агрессии, тревожности*

Тест «Самооценка психических состояний» (по Айзенку)

**Инструкция**

«Предлагаем вам описание различных психических состояний. Если вам это состояние часто присуще, ставится 2 балла, если это состояние бывает, но изредка, то ставится 1 балл, если совсем не подходит — 0 баллов».

№ утвер- ждения	Совсем не под- ходит (0)	Бывает, но из- редка (1)	Часто прису- ще (2)	№ утвер- ждения	Совсем не под- ходит (0)	Бывает, но из- редка (1)	Часто присуще (2)
1				21			
2				22			
3				23			
4				24			
5				25			
6				26			
7				27			
8				28			
9				29			
10				30			
11				31			

12				32			
13				33			
14				34			
15				35			
16				36			
17				37			
18				38			
19				39			
20				40			

## I

1. Не чувствую в себе уверенности.
2. Часто из-за пустяков краснею.
3. Мой сон беспокоен.
4. Легко впадаю в уныние.
5. Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях.
6. Меня пугают трудности.
7. Люблю копаться в своих недостатках.
8. Меня легко убедить.
9. Я мнительный.
10. Я с трудом переношу время ожидания.

## II

11. Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых все-таки можно найти выход.
12. Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.
13. При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.

14. Несчастья и неудачи ничему меня не учат.
15. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.
16. Я нередко чувствую себя незащищенным.
17. Иногда у меня бывает состояние отчаяния.
18. Я чувствую растерянность перед трудностями.
19. В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы пожалели.
20. Считаю недостатки своего характера неисправимыми.

### III

21. Оставляю за собой последнее слово.
22. Нередко в разговоре перебиваю собеседника.
23. Меня легко рассердить.
24. Люблю делать замечания другим.
25. Хочу быть авторитетом для других.
26. Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.
27. Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.
28. Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.
29. У меня резкая, грубоватая жестикуляция.
30. Я мстителен.

### IV

31. Мне трудно менять привычки.
32. Нелегко переключать внимание.
33. Очень настороженно отношусь ко всему новому.
34. Меня трудно переубедить.
35. Нередко у меня не выходит из головы мысль, от которой следовало бы освободиться.
36. Нелегко сближаюсь с людьми.
37. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
38. Нередко я проявляю упрямство.

39.Неохотно иду на риск.

40.Резко переживаю отклонения от принятого мною режима дня.

Обработка результатов.

Подсчитайте сумму баллов за каждую группу вопросов:

I 1...10 вопрос — тревожность;

II 11...20 вопрос — фрустрация;

III 21...30 вопрос — агрессивность;

IV 31...40 вопрос — ригидность.

Оценка и интерпретация баллов.

I. Тревожность: 0...7 — не тревожны; 8...14 баллов — тревожность средняя, допустимого уровня; 15...20 баллов — очень тревожны.

II. Фрустрация: 0...7 баллов — не имеете высокой самооценки, устойчивы к неудачам, не боитесь трудностей; 8...14 баллов — средний уровень, фрустрация имеет место; 15...20 баллов — у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.

III. Агрессивность: 0...7 баллов — вы спокойны, выдержанны; 8...14 баллов — средний уровень агрессивности; 15...20 баллов — вы агрессивны, не выдержанны, есть трудности при общении и работе с людьми.

IV. Ригидность: 0...7 баллов — ригидности нет, легкая переключаемость, 8...14 баллов — средний уровень; 15...20 баллов — сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке жизни. Вам противопоказаны смена работы, изменения в семье.

#### «Необитаемый остров»

Цель. Выявить умение выслушать другого человека, с уважением относиться к его мнению, интересам; спокойно отстаивать свое мнение.

Содержание. Методика проводится с подгруппой детей. Взрослый предлагает детям пофантазировать, представить, что они отправляются на необитаемый остров, и порассуждать, опираясь на вопросы:

—С чего бы вы начали свое существование на острове?

—Решите, какие предметы необходимо взять с собой.

— Чем будет заниматься каждый из вас? Попробуйте распределить обязанности между собой.

— Кого бы вы выбрали командиром?



—На острове много хищных зверей. Как вы можете защититься от них?

—На остров надвигается страшный ураган. Что вы будете предпринимать?

Оценка результатов

- 3 балла — ребенок проявляет инициативу в общении, принимает на себя функцию организатора, вносит свои предложения, распределяет обязанности, в то же время проявляет умение выслушать сверстника, согласовать с ним свои предложения, уступить, убедить;

- 2 балла — ребенок отличается недостаточной, но положительной активностью в общении, принимает предложение инициатора, соглашась; может возразить, учитывая свои интересы, выступить со встречным предложением;

- 1 балл — ребенок не вступает в общение, не проявляет активности, пассивно следует за инициативными детьми, не высказывая ни своего мнения, ни желания, либо проявляет отрицательную направленность в общении, с эгоистическими тенденциями: не учитывает желания сверстников, настаивает на своем.

#### «Зеркало настроений»

Цель. Выявить умение детей понять настроение партнера по его вербальному и невербальному поведению.

Содержание. Методика проводится с парой ребят. Детей объединяют в пары, определяют, кто в каждой паре будет «говорящим», а кто «отражателем». Педагог шепчет на ухо «говорящему» фразу, например: «Замной пришла мама». «Говорящий» передает эмоции, которые у него возникли. «Отражатель» должен определить, какое чувство испытывал сверстник в момент, когда произносил фразу (грусть, радость, стыд и т.д.). Затем дети меняются ролями.

Оценка результатов

- 3 балла — ребенок самостоятельно правильно определяет эмоциональные состояния сверстника в момент произнесения фразы; способен с помощью речи, мимики, телодвижений передать различные чувства и состояния;

- 2 балла—ребенок определяет эмоциональные состояния с помощью взрослого, фразу передает эмоционально, но выражение чувств при этом не всегда понятно;

- 1 балл — ребенок затрудняется в определении эмоциональных состояний сверстника или определяет неверно, при эмоциональной передаче фразы не может передать различные эмоциональные состояния.

#### «Лесенка»

Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

«Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей. Инструкция (групповой вариант)

У каждого участника – бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш; на классной доске нарисована лесенка. «Ребята, возьмите красный карандаш и послушайте задание. Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй на ней кружок». Затем повторить инструкцию еще раз.

#### Обработка результатов и интерпретация

При анализе полученных данных исходите, из следующего:

Ступенька 1 – завышенная самооценка.

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих).

Именно поэтому в первом классе не используется балльная (отметочная) оценка. Ведь первоклассник (да и нередко ребята второго класса) в подавляющем своем большинстве принимает отметку учителя как отношение к себе: «Я хорошая, потому что у меня пятерка («звездочка», «бабочка», «солнышко», «красный кирпичик»)); «Я плохая, потому что у меня тройка («дождик», «синий кирпичик», «черточка», «см.»).

Ступеньки 2, 3 – адекватная самооценка

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю читать», «Я друзьям помогаю, хорошо с ними играю», – и т.д. Это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 4 – заниженная самооценка

Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

Ступеньки 5, 6 – низкая самооценка

Младших школьников с низкой самооценкой в классе около 8–10%. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса что-то могло произойти: ссора с товарищем, плохая отметка, неудачно наклеенный домик на уроке труда и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей на перемене», «Я плохая, потому что написала диктант на три», – и т.д. В таких случаях, как правило, через день-другой Вы получите от ребенка другой ответ (с положительной самооценкой).

Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят, где красной линией проходит мысль: «Я плохой!» Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, вследствие чего он не только не раскроет своих возможностей, способностей, задатков, но и превратит свою жизнь в череду проблем и неурядиц, следуя своей логике: «Я плохой, значит, я не достоин ничего хорошего».

Учителю очень важно знать причину низкой самооценки школьника – без этого нельзя помочь ребенку. Приведем примеры ответов ребят, из которых сразу становится понятно, в каком направлении оказывать им помощь: «Я поставлю себя на нижнюю ступеньку (рисует кружок на пятой ступеньке), потому что мама говорит, что я невнимательный и делаю много ошибок в тетрадях». Здесь необходима работа с родителями школьника: беседы, в которых следует объяснить индивидуальные особенности ребенка. Например, если это первоклассник, то необходимо рассказать, напомнить лишний раз родителям о том, что ребенок в этом возрасте еще не обладает ни устойчивым вниманием, ни произвольностью поведения, что у каждого ученика свой темп усвоения знаний, формирования учебных навыков. Полезно регулярно напоминать родителям о недопустимости чрезмерных требований к неуспевающему школьнику. Крайне важна демонстрация родителями положительных качеств, каждого успеха их ребенка.

«Я сюда себя поставлю, на нижнюю, шестую ступеньку, потому что у меня двойки в дневнике, а учительница меня ставит в угол». Первое, что необходимо сделать, – это выявить причину неуспешности школьника (его учебы, плохого поведения) и вместе со школьным педагогом-психологом, родителями начать работу по созданию успешной учебной

ситуации. Существенную роль может сыграть положительная словесная оценка процесса деятельности и отношения ученика к выполнению учебной работы.

Все педагоги понимают, что отрицательные отметки не способствуют улучшению учебы, а лишь формируют негативное отношение ребенка к школе. Искать положительное в деятельности ученика, указывать даже на незначительные успехи, хвалить за самостоятельность, старание, внимательность – основные способы повышения самооценки школьников. «Я дерусь с ребятами, они меня не принимают в игру» (ставит себя на шестую ступеньку)». Проблема несформированности межличностных отношений – одна из острейших в современном начальном образовании. Неумение детей общаться, сотрудничать друг с другом – основные причины конфликтов в детской среде.

Ступенька 7 – резко заниженная самооценка

Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов.

Отсутствие своевременной квалифицированной помощи в преодолении причин трудностей в обучении и общении ребенка, несформированность положительных межличностных отношений с учителями, одноклассниками – наиболее частые причины резко заниженной самооценки. Чтобы скорректировать ее, необходима совместная деятельность учителя, школьного педагога-психолога, социального педагога (в случае неблагоприятной обстановки в семье).

Суть педагогической поддержки педагога и его психологической помощи школьникам с низкими показателями уровня самооценки состоит во внимательном, эмоционально-положительном, одобряющем, оптимистически настроенном отношении к ним.

Доверительное общение, постоянный контакт с семьей, вера в ученика, знание причин и своевременное применение способов преодоления трудностей ребенка способны медленно, но поступательно формировать адекватную самооценку младшего школьника.

### *Анкета обратной связи (3 занятие)*

*Заполняется анонимно, по желанию ребенок может указать имя*

*1. Интересно ли тебе на занятиях?*

*2. Расстраивает ли тебя что-то на занятии? Если да, то расскажи, что:*

---

---

*3. Если сравнивать твое умение договариваться в игре в начале занятий и сейчас, есть ли изменения?* \_\_\_\_\_

*4. Какое у тебя обычно настроение на занятиях?* \_\_\_\_\_

*5. Хотел бы ты что-то поменять в занятиях?* \_\_\_\_\_

### *Анкета обратной связи для детей (итоговое занятие)*

*Заполняется анонимно, по желанию ребенок может указать имя*

*1. Интересны ли тебе занятия?* \_\_\_\_\_

*2. Ты узнал/а на занятиях что-то новое о себе?* \_\_\_\_\_

*3. Если да, то расскажи что?* \_\_\_\_\_

---

---

*4. Можешь ли ты сказать, что теперь лучше умеешь решать спорные ситуации и конфликты?* \_\_\_\_\_

*5. Какие изменения ты можешь заметить в умении ребят вашей группы решать спорные ситуации?* \_\_\_\_\_

*5. Какое у тебя обычно настроение после занятий?* \_\_\_\_\_

### *Анкета обратной связи для родителей/специалистов*

*1. Рассказывал ли вам ребенок о занятиях в группе «Пластилиновые уроки»?*

*2. Как по-вашему, изменилось ли поведение ребенка в конфликтных ситуациях (например, когда ребенок не согласен выполнять что-то, не хочет делиться игрушкой и т.п.)?*

*3. Заметили ли вы изменения в эмоциональном состоянии ребенка, когда он находится в группе сверстников, в незнакомой обстановке, в ситуации общения с взрослыми?*

## Приложение 3

**Мои достижения** (заполняется специалистом)

Мое имя \_\_\_\_\_

**1 – низкий уровень (нормально), 2 – средний уровень (хорошо), 3 – высокий уровень (отлично)**

Умения	До	После
Умение понимать эмоциональное состояние сверстника, взрослого (веселый, грустный, рассерженный, упрямый и т.д.) и рассказать о нем.		
Умение получать необходимую информацию в общении.		
Умение выслушать другого человека, с уважением относиться к его мнению, интересам.		
Умение вести простой диалог с взрослыми и сверстниками.		
Умение спокойно отстаивать свое мнение.		
Умение принимать и оказывать помощь.		
Умение не ссориться, спокойно реагировать в конфликтных ситуациях.		
<b>Моя самооценка и уверенность в себе</b>		

## 2.11.Список литературы

1. Панфилова А.П. Теория и практика общения: учеб. Пособие для студ. Издательский центр «Академия», 2011. 288с.
2. Уханова А.В. Развитие эмоций и навыков общения у ребенка. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011. - 128 с
3. М.А. Василика. Основы теории коммуникации:.- М.: Гардарики, 2006. - 615 с.: ил.
4. Ю.В. Полякевич, Г.Н. Осинина Формирование коммуникативных навыков у детей 3-7 лет: модели комплексных занятий/Волгоград : Учитель, 2011. - 159 с.
5. Агеева И.А. Коррекционные техники в школе / И.А. Агеева. - СПб.: Речь, 2004. - 184 с.
6. Азарова Л.А. Психология девиантного поведения: учеб-метод. комплекс / Л.А. Азарова, В.А. Сятковский. - Минск: ГИУСТ БГУ, 2009. - 164 с. С.42-50.
7. Берковиц Л. Агрессия: Причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. - М.:Олма-Пресс, 2007. - 510 с.
8. Лютова Е.К. Тренинг общения с ребенком / Е.К. Лютова. - СПб.: Речь, 2002. - 190 с.