# Тренинговое занятие «Маяк жизни»

**Данный профилактический тренинг разработан с целью первичной профилактики деструктивного поведения несовершеннолетних**

**Основные цели тренинга:**

1. Выработка у участников эффективных поведенческих навыков противодействия негативному влиянию окружения в рискованных ситуациях, социально приемлемых форм поведения.
2. Профилактика социальной дезадаптации и правонарушений подростков.

# Задачи:

1. Сформировать положительную мотивацию и установки, направленные на противостояние нежелательному влиянию среды.
2. Помочь участникам оценить и скорректировать установки относительно противоправного поведения в целом и своего, в частности.
3. Выработать у участников эффективные навыки самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния для принятия верных решений.

**Продолжительность:** 1 час

**Дети:** 11-13 лет

**Приемы и методы работы:** беседа**,** упражнение, рефлексивная технология.

**Оборудование:** листы А4, ручки, цветные карандаши.

# Ход тренинга

**Подготовительный этап**

# Приветствие

Мы не раз говорили о том, что мир, в котором мы живем, очень сложен и противоречив. Противоречия очень часто приводят к конфликтам, правонарушениям, от которых страдают люди. Все кризисные ситуации не только в классе, в школе, дома, но и в мире происходят от того, что люди не знают способов выхода из них. Но научиться предотвращать конфликты и правильно вести себя в конфликтных ситуациях, знать способы их разрешения, уметь противостоять негативному влиянию среды, формировать эффективные навыки самоконтроля – можно.

# Принятие правил

Каждая группа, собираясь работать совместно, всегда договаривается о правилах работы. Психолог предлагает обсудить правила, написанные на плакате, повешенном у доски.

Примерные правила:

* 1. Активная работа на занятии каждого участника.
  2. Закон «микрофона» (говорит только тот, у кого в руках микрофон). В качестве микрофона может выступать ручка, фломастер или игрушка.
  3. Внимательность к говорящему человеку.
  4. Доверие друг к другу.
  5. Недопустимость насмешек.
  6. Не выносить обсуждение за пределы занятия.
  7. Право каждого на свое мнение.

**Основной этап**

# Упражнение «Что я выиграю / что я потеряю»

Совершив правонарушение, человек знает последствия, но рискует, видя какой-то плюс для себя. Ведущий предлагает разделиться участникам на группы. При малом количестве участников возможно проведение упражнения в виде «мозгового штурма», без разделения на группы.

Каждой группе предстоит ответить на два вопроса: «Что я выиграю от совершения правонарушения?», «Что я потеряю от совершения правонарушения?». Варианты ответа записываются на отдельных листах. Для рассмотрения дается конкретная ситуация неправомерного поведения на усмотрение ведущего, например, «кража мобильного телефона»,

«хулиганство в общественном транспорте», «избиение одноклассника» и др.

На выполнение упражнения дается 5-7 минут. Затем результаты работы групп обсуждаются в рамках вопроса «Если правонарушение совершается, какие последствия это влечет для совершившего правонарушение?». Выслушиваются все возможные варианты ответов. Создаются свои групповые определения последствий.

# Упражнение «Учимся противостоять влиянию»

Влияние - это способность убедить человека поступить так, как хочется тебе, или способность предпринять какие-либо действия, изменяющие исход ситуации. Подросткам в данном упражнении предлагается обсудить серию вопросов:

* Что такое влияние, на что или на кого можно повлиять?
* Всегда ли влияние отрицательно?
* Каким образом можно отличить отрицательное влияние?
* Каковы способы негативного влияния (запугивание, шантаж, угроза, подражание, зависимость, избиение, давление на личность и т.д.)?
* Хотели бы участники лично поддаваться такому влиянию и к каким последствиям может привести соглашение?
* Что необходимо предпринять, чтобы уйти из-под негативного влияния?

Далее составляется план безопасности и ведущему необходимо убедить подростков, что обращение за помощью – это не признание собственной слабости, а проявление способности противостоять. В план включаются пункты не только самопомощи и взаимопомощи, но и обращение к родителям, родственникам, взрослым; к специалистам учителям; в органы полиции, телефоны доверия, школу, социальные службы.

# Упражнение «Сказка»

Ведущий тренер предлагает ребятам разделиться на две группы и сочинить сказку про Тридевятое государство, в котором бы жили король и королева, а также их народ. Перед каждой группой устанавливается определенная задача. Первая группа пишет сказку, где существуют законы и как они соблюдаются. Вторая группа сочиняет сказку, где законов нет и где они совершенно не соблюдаются - о государстве беззакония. На работу отводится 10-15 минут. Каждая группа презентует свою сказку. Затем следует обсуждение. Ребятам предлагается ответить на вопросы:

* В какой стране народу жилось лучше? Почему?
* Нужно ли контролировать исполнение законов? Для чего?
* Нужны ли законы вообще? Какова их роль?

**Заключительный этап**

# Рефлексивная технология «Передай свое впечатление»

# (автор О.Л. Гончарова)

**Цель**: подведения итогов занятия, рефлексия.

**Инструкция:** «Участникам предлагается передать свое впечатление, нарисовав его на листе бумаги. Затем ведущий прикрепляет рисунки на доску и просит прокомментировать каждого участника свой рисунок».

* Алгоритм рефлексивной деятельности следующий:
* обсуждение результатов;
* обмен мнениями;
* анализ проведенного занятия.
* Время проведения: 15 минут.

В рамках профилактических мероприятий возможен просмотр документального фильма «Дом».