

Занятие для подростков «Трудное решение»

Автор-составитель:

педагог-психолог ГБУ РО ЦППМ и СП Беляева Г.П.

Цель — формирование представления о необходимости обращаться за помощью ко взрослым в ситуациях, опасных для жизни и здоровья сверстника.

Участники - обучающиеся 9-11 классов.

Количество участников — 12-15 человек, но возможно проведение и с целым классом.

Время проведения — 1-1,5 часа.

Ведущий — педагог-психолог, социальный педагог или классный руководитель.

Организация проведения. Желательно включить в любую профилактическую программу групповых занятий в качестве дополнительного элемента (наиболее предпочтительный вариант).

Возможно проведение в форме «классного часа» как отдельное мероприятие.

Рекомендации ведущему. При групповой работе с подростками в тренинговой форме важно избегать авторитарного тона. Ведущий должен помнить следующее: даже если он уверен, что знает лучший способ решения проблемы, он не должен навязывать свое мнение, потому что оно будет выражать только его видение ситуации. Принимая любое решение, человек исходит из собственного уровня личностной и социальной зрелости. И он не в состоянии следовать чужому решению, если не чувствует, что оно органично впишется в его жизнь. Пристрастное поведение ведущего может ограничить спонтанность участников: вдруг их тоже подвергнут критике? Главное, чтобы по поведению ведущего не было понятно, к какому решению в данной ситуации он склоняется.

Однако при обсуждении ситуаций, опасных для здоровья и жизни человека (особенно в ситуации 3), ведущий может открыто высказать свое мнение относительно вреда умолчания. Но при этом желательно опираться на ранее

высказанные аналогичные мнения отдельных участников (например, «Я согласен с N. По-моему, он совершенно прав в том, что бывают случаи, когда не отреагировать - означает допустить возможно безвозвратный исход»).

Стоит обратить внимание подростков на возможность и желательность разделения ответственности со взрослым в ситуации непредсказуемости.

В ходе занятия желательно избегать слова «самоубийство», «суицид» со стороны ведущего.

➤ **Вступление.** Ведущий: «В течение каждого дня нам приходится принимать решения, делать выбор: какую футболку надеть, готовиться ли к контрольной или посидеть в интернете, как реагировать на оскорбительное высказывание в свой адрес... Одни решения принимаются легко, другие требуют серьезного обдумывания.

На сегодняшней встрече мы поговорим о трудных решениях. Возможно, это обсуждение поможет вам в неоднозначных ситуациях».

➤ **Ассоциации.** Ведущий: «Сейчас мы сделаем небольшую разминку. Скоро вы поймете, зачем она нужна. Придумайте несколько ассоциаций на понятия «взрослый» и «подросток». Каждый индивидуально придумывает по три ассоциации (слова, которые приходят в голову в ответ на указанные понятия). Назовите их по очереди». Ведущий составляет общий список. Подводит итог, ненавязчиво акцентируя внимание участников на том, что взрослый более опытен и обладает большими возможностями.

➤ **Упражнение «Ситуации».** Разделить участников на 3 мини-группы. Предложить выбрать докладчика в каждой мини-группе и обсудить предложенные ситуации.

Ситуация 1.

Из сумки учителя в классе пропала большая сумма денег. Эти деньги собирали все ребята для долгожданной поездки в другой город. Никита вспомнил, что перед пропажей, когда в классе никого не было, он застал свою одноклассницу у стола учителя. При появлении Никиты она смутилась и

быстро отошла от стола. Сначала он не придавал этому значения, но потом появились смутные подозрения.

Задание. Обсудите, что можно посоветовать Никите в этой ситуации. Стоит ли вообще что-то предпринимать? К кому обратиться за помощью, если принято решение вмешаться? Можно ли назвать обращение к взрослому предательством по отношению к однокласснице?

Ситуация 2

В классе появился новенький, он приехал из другого города. Было видно, что Костя (так звали подростка) чувствует себя неуверенно, пытается понять, как лучше себя вести. Случайно он задел парня, неоднократно замеченного в драках. И хотя повод был пустячный, тот сговорился с приятелями встретить новенького после школы и хорошенько «проучить». Наташа услышала этот разговор. Она хорошо помнила, что последний случай такого «учения» для пострадавшего закончился больницей. Она побаивается этой компании, и в то же время ей было жалко Костю.

Задание. Обсудите, какие есть варианты поведения Наташи в отношении предстоящей драки. Продумайте последствия каждого из вариантов для Наташи, Кости и компании. Какой вариант вы считаете более подходящим?

Ситуация 3.

Друзья заметили, что поведение Сергея изменилось: он реже стал приходить в компанию по вечерам, хуже учиться, высказывался о бессмысленности жизни. Ребята знали, что девочка, с которой он встречался, отказала ему и переключилась на его друга. Маму Сергея не особенно волновали переживания сына, она недавно разошлась с мужем и была занята новыми отношениями. Друзья пытались поддержать парня, но он избегал разговоров на личную тему. Неожиданно в их общем «чате» в интернете появилось его высказывание о желании уйти из жизни.

Задание. Обсудите, как правильно поступить друзьям Сергея. Каковы

последствия разных вариантов решения? Зачем, по-вашему мнению, Сергей поместил сообщение в «чат»? Если принято решение обратиться к взрослым, то каким образом это можно сделать (позвонить родителям подростка, пойти к психологу на консультацию, написать в чате, использовать «телефон (или почту) доверия», группы «доверия» в VK, инстаграмме, посоветоваться со своими родителями)?

Докладчики представляют результаты обсуждения в группе.

Вопросы для обсуждения в общем кругу. Какая из ситуаций наиболее и какая наименее опасна? Какое из представленных решений правильное? И вообще, можно ли говорить об однозначности в подобных случаях? Можно ли было промолчать и никак не отреагировать, если тебя это напрямую не касается? Что лучше, обратиться в этих ситуациях к сверстникам или взрослым? Чего можно опасаться при обращении к взрослым? Есть ли ситуации, в которых обязательно нужно обращаться к взрослому, заслуживающему доверия (родителю, учителю и т.п.)?

➤ **Упражнение «Восковая свеча»**

В центре круга, опустив руки вдоль туловища и не отрывая ног от пола, стоит с закрытыми глазами один из участников и, изображая тающую свечку, расслабленно качается из стороны в сторону. Остальные, стоя по кругу близко друг к другу, бережно поддерживают его. Желательно побывать в роли «свечи» как можно большему числу участников.

Вопросы для обсуждения. Трудно ли было довериться кругу и расслабиться? Что чувствовали, когда поддерживали участника? Что было легче: довериться или поддерживать? Как вы думаете, какое отношение имеет это упражнение к теме нашего занятия?

➤ **Завершение.** Что было важно на занятии? Какую главную мысль вы вынесли из обсуждений сегодня? Собираетесь ли вы применять в жизни знания, полученные на занятии?

