

**Паспорт программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование программы** | Программа коррекции отклоняющего поведения несовершеннолетних «Поверь в себя!» |
| **Составители программы** | Социальный педагог отделения психолого – педагогической помощи семье и детям (служба профилактики семейного неблагополучия) Бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Фортуна»  Балушка Екатерина Викторовна |
| **Руководитель программы** | Заведующий отделением психолого – педагогической помощи семье и детям (служба профилактики семейного неблагополучия)Бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Фортуна»  Панфилова Ольга Леонидовна |
| **Муниципальное образование** | Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Комплексный центр социального обслуживания населения «Фортуна»ул. Комбинатская, д.2, гп. Междуреченский, Кондинский район, Тюменской области. |
| **Цели программы** | Цель: Коррекция проявлений отклоняющего поведения несовершеннолетних, содействие успешной адаптации в социуме. |
| **Задачи программы** | Задачи:  **-** выявить и изучить проблемы несовершеннолетних с отклоняющим поведением;  - повысить представление несовершеннолетних о собственной значимости, ценности, уверенности;  - формировать у несовершеннолетнего навыки общения с окружающими в соответствии с нормами социума;  - привить подросткам навыки о здоровом образе жизни;  - способствовать формированию правовой грамотности у несовершеннолетних  - провести анализ результатов реализации программы, оценить ее эффективность. |
| **Сроки реализации программы** | 2013-2014года |
| **Ожидаемые результаты реализации программы** | * Восстановление социального статуса несовершеннолетних. * Умение подростка корректировать свое поведение и взаимоотношения со сверстниками, взрослыми, родителями.   -Уменьшение проявлений отклоняющего поведения несовершеннолетних. |
| **Кадровый потенциал** | Заведующий отделением, социальный педагог, психолог, специалист по социальной работе отделения психолого – педагогической помощи семье и детям (служба профилактики семейного неблагополучия). |
| **Краткое содержание программы** | Пояснительная записка  1.Актуальность программы  2.Целевая группа  3.Цель программы  4.Задачи программы  5.Формы, методы работы  Содержание программы  1.Этапы и сроки реализации  2.Ресурсы  3.Управление и кадровый потенциал программы  4.Ожижаемые результаты и критерии эффективности  5.Заключение  6.Список литературы |

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Пояснительная записка | | 4 |
| 1. | Актуальность программы | 5 |
| 2 | Целевая группа | 6 |
| 3 | Цель программы | 6 |
| 4 | Задачи программы | 6 |
| 5 | Формы, методы работы | 6 |
| Содержание программы | | 7 |
| 1 | Этапы и сроки реализации программы | 9 |
| 2 | План – сетка тематических занятий | 10 |
| 3 | Ресурсы | 12 |
| 4 | Контроль за реализацией программы | 12 |
| 5 | Ожидаемы результаты, критерии оценки | 14 |
| 6 | Список литературы | 15 |
| Приложение | |  |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В настоящее время индивидуальной профилактикой отклоняющегося поведения несовершеннолетних занимаются органы полиции, комиссии по делам несовершеннолетних, которые осуществляют профилактический учет лиц, склонных к отклоняющемуся поведению, и работу с неблагополучными семьями. Но эта профилактическая работа часто осуществляется формально, руководствуясь больше интуицией и здравым смыслом, а не достижениями социологической, педагогической и психологической науки. Проблемы подобного характера могут быть решены только в процессе совершенствования всего механизма регулирования и управления социальными ‑процессами и выступать в качестве социальной политики предупреждения отклоняющегося поведения.

Подростковый возраст - время, когда закладывается фундамент будущей жизни в обществе. От того насколько подросток успешно научится выстраивать отношения с родителями, взрослыми, сверстниками, зависит их удовлетворенность профессиональной и личной жизнью в будущем. Для того, чтобы выстраивать отношения с другими, необходимо, прежде всего, научиться жить в мире и согласии с самим собой, что является одной из трудностей подросткового возраста.

На формирование личности ребенка оказывает сильное влияние семья, однако далеко не все родители могут педагогически грамотно, учитывая все нюансы подросткового возраста, вести подростка по пути развития уверенности. У других  просто не хватает времени, чтобы на личном примере или, разбирая ситуации из жизни, терпеливо подводить подростка  к формированию представлений  и  поведенческих навыков, лежащих в основе чувства уверенности.

В связи с существующей проблемой возникла необходимость в разработке программы направленной на профилактику и коррекциювытеснения и замены негативных форм поведения, полезными формами социальной деятельности. Эффективным является вовлечение и поощрение социально-позитивной деятельности, использование нравственно-воспитательного потенциала и позитивного воздействия на личность делинквента авторитетных для него лиц, необходимо обеспечивать оздоровление ближайшего окружения несовершеннолетних делинквентов и снижение степени их конфликтности.

Актуальность составленной программы состоит в том, что в подростковом возрасте самое важное значение приобретает сфера общения и все, что с ней связано. Влияние общения со сверстниками на личность подростка оказывает решающую роль, как в позитивном, так и в негативном аспектах. Общение содействует успешной социализации подростка, но также может определить его асоциальное поведение. Опыт общения, приобретенный в подростковом возрасте, играет важную роль при вступлении в самостоятельную жизнь.

В период становления личности, подросток ощущает необходимость быть частью какой-либо группы создаваемой самой молодежью.

Подростки имеют меньше возможности для защиты своих прав, чем взрослые люди. У ребенка нет физической, психологической зрелости. Дети отличаются зависимостью от опеки взрослых. Поэтому и права детей в чем-то глубже, шире, значительнее, «заботливее», чем права взрослого. Ребенок нуждается в любви и понимании. Общество обязало осуществлять особую заботу о детях.

**ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА:**

Несовершеннолетние в возрасте 10-18 лет учащиеся средних общеобразовательных учреждений, учащиеся средних профессиональных образовательных учреждений в возрасте 16 – 18 лет.

**ЦЕЛЬ:**

Коррекция проявлений отклоняющего поведения несовершеннолетних, содействие успешной адаптации в социуме.

**ЗАДАЧИ:**

**-** выявить и изучить проблемы несовершеннолетних с отклоняющим поведением;

- повысить представление несовершеннолетних о собственной значимости, ценности, уверенности;

- формировать у несовершеннолетнего навыки общения с окружающими в соответствии с нормами социума;

- привить подросткам навыки о здоровом образе жизни;

- способствовать формированию правовой грамотности у несовершеннолетних- провести анализ результатов реализации программы, оценить ее эффективность.

**ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ.**

**Формы работы:**

* индивидуальная социально-педагогическая работа;
* групповая социально-педагогическая работа (с постоянным или меняющимся составом несовершеннолетних);
* социально-педагогическая работа в микросоциуме.

**Методы работы:**

* методы формирования сознания подопечного (объяснение, разъяснение, внушением, беседа, диспут, дискуссия, метод примера);
* методы организации деятельности и формирования позитивного социального опыта подопечного (приучение, упражнение, требование, создание воспитывающих ситуаций, инструктаж);
* методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения подопечного (эмоциональное воздействие, поощрения, наказание);
* методы контроля эффективности социально-педагогического процесса (диагностика, анализ результатов деятельности подопечных, социально-педагогический мониторинг, самоанализ).

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Подростки, не достигшие совершеннолетия подвержены влиянию, как со стороны семьи, так и со стороны своего социального окружения. Влияние как показывает практика не всегда положительное, ещё не сформировавшейся личности трудно противостоять отрицательному влиянию, сложно принимать правильное решение. Да и желание быть своим в кругу сверстников подталкивает несовершеннолетнего принимать правила своего круга. Где подчас принимаются всякого рода ПАВ, нарушаются законы. Важно показать ребёнку положительный пример, научить делать правильный выбор в жизни. Помочь принять здоровый образ жизни, что необходимо ещё взрослеющему организму. Способствовать развитию коммуникативных качеств. Поверить в себя свои силы и возможности, не бояться быть самим собой вот на что направлена наша программа, которая разбита на три практических блока.

**Этапы реализации программы**

1. **Подготовительный этап работы (февраль-май 2013года)**

На протяжении пяти месяцев проводилась следующая работа:

- изучение и составление следующих документов (постановлений, актов первичного обследования семьи, социальных карт на несовершеннолетних);

- проведены беседы по сбору информации на несовершеннолетних сих родителям;

- подбор методической литературы по выявленной проблеме с целью проведения бесед и написания программ;

- написание программы по коррекционной работе с несовершеннолетними;

**2. Основной этап работы (май – декабрь 2013года)**

Основной этап работы состоит из трёх блоков, которые направлены на коррекцию личности несовершеннолетнего, путём использования форм и методов работы социального педагога.

**Блок 1- «Общаться – это здорово!»**

В этом блоке несовершеннолетние знакомятся с разными формами общения, в том числе общению без конфликтов в социальной среде.

**Блок 2 – «Жить здоровым – это классно!»**

Блок направлен на привитие подросткам понятия о здоровом образе жизни, жизни без ПАВ.

**Блок 3 – «Я под защитой!»**

Данный блок направлен на формирование правовой грамотности у несовершеннолетних.

таблица

1. **Аналитический этап работы (январь 2014 года)**

- Анализ реализации программы

- Оценка эффективности

- Выводы о результатах работы, прогнозирование, планирование дальнейшей работы.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятий | | Кол-во часов |
| 1 | **Первый блок: «Общаться – это здорово!»** | | 6 часов |
| «Формула хороших манер» | 1 час |
| «Ковер мира» | **1 час** |
| «Соберемся вместе» | 1 час |
| «Маска, я тебя знаю» | 1 час |
| «Каким должен быть друг» | 1час |
| «Диаграмма ответственности» | 1 час |
| 2 | **Второй блок:«Жить здоровым – это классно!»** | | 6 часов |
| «Политика тела» | 1 час |
| «Опасные наркотики» | 1 час |
| «Отношение к своему телу» | 1 час |
| «Курение» | 1 час |
| «Спортсмен во мне» | 1 час |
| «Не могу и не хочу» | 1 час |
| 3 | **Третий блок«Я под защитой!** |  | 4 часа |
| «Ты и закон» | 1 час |
| «Знать, чтобы соблюдать», | 1час |
| «Что является для подростка правонарушением» | 1 час |
| «Три богатыря» | 1 час |
| **Итого:** | | | 16 часов |

**РЕСУРСЫ**

**Кадровое обеспечение:**

**Заведующий отделения психолого – педагогической помощи семье и детям:** содействие и контроль за реализацией программы.

**Психолог:** отслеживает эмоциональное состояние несовершеннолетних.

**Материально технические ресурсы:**

Кабинет для проведения консультаций и занятий

Мульти – медийное оснащение

**Информационные ресурсы**

Методическое оснащение – литература по организации занятий, а так же памятки, буклеты, раздаточный материал для участников программы по пройденному материалу.

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**

Оценка эффективности реализации программы проводится качественных показателей:

- позитивное изменение поведения несовершеннолетних;

- укрепление семейных связей и возобновление родственных отношений;

- анализ анкет;

- улучшение эмоционально – психологического состояния подростка.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

*Социально-педагогические игры на развитие*

*межличностных взаимодействий*

Цель представленных ниже игр заключается в том, что­бы создать условия для полноценного общения детей, подростков; смоделировать такие ситуации, в которых у детей:

снимается страх перед самостоятельным высказы­ванием;

развивается готовность принять и оказать помощь в нужной ситуации;

прививается навык анализировать свои поступки и происходящие события, осознавать свое отношение к миру;

• формируется умение ценить свою и чужую работу;  
закрепляется чувство радости от совместного труда и

творчества.

Занятия строятся таким образом, что каждый участник "проживает" различные ситуации, определяя свои спо­собности к лидерству, поддержке, творчеству, признанию заслуг другого, убеждению, принуждению, умению отста­ивать свою позицию и- т.д. Здесь можно "узнать" себя в качестве партнера по общению, открыть в себе самые разнообразные стороны личности (и те, которые помо­гают установить контакт, и те, которые мешают этому).

Одно из важнейших качеств ведущего игр на взаимо­действие состоит в готовности к импровизации. Поэто­му ему стоит соблюдать следующие правила:

*Будьте*взрослым и ребенком; будьте мудрым и не­предсказуемым.

*Не скупитесь*на добрые слова своим воспитанникам, но и не

*Не отчаивайтесь,* если что-то получилось не так, как вы задумали.

*Нeсопротивляйтесь,* когда вдруг обнаружите, что дети хотят вас чему-то научить.

*Не бойтесь*творить и ошибаться.

*Не забывайте*благодарить судьбу за то, что к вам идут дети.

*Пусть* вам будет интересно!

«Я дарю тебе…»

Играет пара участников. Остальные "ог­раничиваются" ролью внимательных на­блюдателей.

Суть игры: два человека, сидя друг про­сив друга, могут в течение нескольких минут дарить самые невообразимые подарки .Однако при этом соблюдаются следу­ющие условия:

- в начале каждой реплики обязательно звучит благодарность: "Спасибо, Валера (Марина, Игорь и т.д.) за подарок..."; обязательно перечисляются все уже полученные подарки, и добавляется новый, например, после четвертого обмена подарками мож­но услышать следующее:

— Спасибо тебе, Света! Я тебе подарил стол, ты мне подарила цветок, я тебе подарил веник, ты мне подарила посудомоечную ма­шину, я подарил тебе вечный праздник, ты мне — молодильное яб­локо, я тебе подарил земной шар, ты мне подарила остров сокро­вищ, а я тебе дарю...

Кто первый допустит два сбоя подряд? Кто лучше удерживает информацию? Кто в поисках подарков идет нетрадиционным путем?

Игра учит не бояться прямого включенного контакта, умению импровизировать, сосредоточенности и... доброжелательности.

«Полный комплект»

Подготовьте карточки с названиями литературных произведений и именами их главных героев (вариант: историчес­кое событие и его участники и т. д.).

Задание: каждый участник получает карточку или с названием литературно­го произведения, или с именем героя. По знаку ведущего все дважды громко чи­тают то, что написано на карточках. Цель игры заключается в том, чтобы как можно скорее объединить героев с произведением (со­бытие с участниками).

Вопросы к обсуждению: легко ли найти "своего человека"? Что или кто мешает "воссоединению"? Какие еще задания можно было бы предложить?

«Соберемся вместе»

Участники разбиваются на небольшие группы по 6-8 человек. Ве­дущий предлагает самые разнообразные задания:

- построиться в ряд в соответствии с алфавитом по первой букве  
имени;

- построиться в ряд в соответствии с алфавитом по последней букве имени (фамилии, по второй букве и т. д.);

- найти свой способ построения группы.

Какая группа быстрее реагирует на задания? Какая нашла наибо­лее интересный способ самоклассификации? и т. д.

«Скульпторы»



Задание: сегодня вы — скульпторы. Как говорят ученые, самый податливый материал — это сам человек. Выберите себе пару. Перед каждым из вас та самая "глыба мрамора" (ваш друг), из которой можно вылепить очень многое. Для раз­минки сначала сотворите из "глыбы" скульптуру мыслителя. Спасибо! А те­перь — такую композицию, которой мож­но дать название "Счастливый человек", "Монстр из фильма ужасов".

Итак, скульпторы уже разогрели свое воображение и готовы со­здать совершенно оригинальное произведение, которое вы назо­вете... Прекрасно! Изменим роли: теперь "материал" станет скуль­птором, создателем и наоборот. Новые творцы могут делать со сво­ими бывшими скульптурами все что угодно. Только не забудьте на­звать ваше творение.

Новая задача: предайте своей скульптуре угрожающую позу, а затем включите себя в эту скульптурную композицию. Только обра­тите внимание: если ваш партнер — воплощение угрозы, то вы дол­жны играть роль жертвы. Приглядитесь: не напоминает ли вам эта скульптурная композиция одну из возможных жизненных (школьных, домашних и т. д.) ситуаций?

Теперь те, кто был в позе угрозы, отойдите в сторону (жертвы, оставайтесь на месте!) и посмотрите, как испуганно и жалко выгля­дят ваши "ученики". Помогите им: подстройтесь, словно защищая, обещая безопасность... Замечательно! "Жертвы", отойдите и пос­мотрите, какими бережными и заботливыми могут быть ваши "пе­дагоги" (родители и т. д.). Вернитесь к ним и в последний раз со­здайте скульптуру, которую поставят в вашей школе как педагоги­ческий символ содружества Учителя и Ученика. Всем спасибо!

Игра сводится к невербальной форме человеческого взаимодей­ствия. В первой части "скульпторам" дается возможность выплеснуть отрицательные эмоции (создавая угрожающих монстров), а затем участники без помощи слов, по мимике и жестам угадывают настроение другого человека, подстраиваются и принимают пози­цию партнера.

«Прогулка с компасом»



Еще одна игра "на доверие". Группа раз­бивается на пары, где есть ведомый ("ту­рист") и ведущий ("компас"). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) за­вязывают глаза.

Задание: пройти все игровое поле вперед и назад, при этом "ту­рист" не может общаться с "компасом" на вербальном уровне.

Ведущий (компас) движением своих рук помогает ведомому дер­жать направление, избегая препятствий — других туристов с ком­пасами.

Обсуждение: описать ощущения человека с завязанными глаза­ми, который вынужден полагаться на своего партнера. Что способ­ствовало или что мешало чувству доверия? Как ведущие помогали своим ведомым?

"Гусеница"



Не забудьте обзавестись воздушными шариками — по одному на каждого учас­тника.

Задание: надуйте шары: чем больше будет шарик, тем в дальнейшем вам бу­дет легче с ним работать. Постройтесь цепочкой, соблюдая следующие усло­вия:

руки каждого участника лежат на плечах впередистоящего;

воздушный шар зажат между животом одного играющего и спи­ной другого;

дотрагиваться до воздушного шара (поправить, придержать и пр.) строго воспрещается;

первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых ру­ках.

Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук вы все должны пройти по определенному маршруту. Будьте готовы к тому, что вас ожидают разнообразные препятствия: натянутые веревки, перевер­нутые стулья, развороты в самых неожиданных местах... Ваша за­дача: пройти через все это и вернуться на исходные позиции.

Игра учит доверию. Почти всегда партнеров не видно, хотя слышны их голоса. Но успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников.

Для наблюдающих: где располагаются лидеры — в начале, в се­редине или конце цепочки? Кто регулирует движение "живой гусеницы"?

"Весь покрытый зеленью...

Приготовьте два-три листа ватманской бумаги, краски, кисточки, карандаши.

Задание: представьте себе, что вы по­пали на необитаемый остров. Только не пугайтесь, ведь с вами волшебные крас­ки. Все (повторяю и подчеркиваю), все, что бы нарисуете этими красками, сразу становится реальностью: еда, одежда и пр. Итак, выбирайте свою часть остро­ва — и за дело

Суть игры: это игра с элементами диагностики. В ходе ее сразу выделяются малые группы (как правило, они совместно выбирают части острова); лидеры, которые руководят тем, что, как и где ри­совать "на острове", и непринятые, которым или не нашлось места на острове, или они сами предпочитают не втягиваться в общую деятельность. Обратите внимание на реплики, которыми обмени­ваются участники, — приказы, просьбы, предложения?

Кроме того, выясните, что рисуют спасенные. Дома? Прекрасно! Дороги, машины — тоже неплохо... А есть ли на вашем острове те­атр? Библиотека? Школа, наконец?

Выбор тех или иных предметов характеризует систему ценностей участников игры. Мы предлагаем вам поговорить об истинных и лож­ных, ближних и дальних ценностях в нашей жизни.

"Не в своих санях"



Эта игра развивает умение принять иной образ жизни, как бы он ни был да­лек от нашего собственного.

Ведущим заранее подготовлены кар­точки двух видов. На одних карточках обо­значены наименования (людей и предме­тов), на других — ряд вопросов.

Добровольцам раздаются карточки с названиями.

Участники игры оповещают группу о своем наименовании. Затем им задаются вопросы, на которые они должны ответить в соответ­ствии со своим новым положением.

Например, Галина получила карточку с названием "лягушка". На вопрос "Твоя любимая пища?" она уверенно отвечает: "Мухи!"

Например, наименования: лягушка, утес, коротышка, дылда, тол­стяк, йог, помидор, чукча, китаец, человек с легким характером, че­ловек с тяжелым характером, мальчишка 12 лет, 15-летняя барыш­ня, учитель, проработавший в школе 15 лет, и т. д.

Вопросы: Ваша любимая еда?

смешить? Какими словами вас можно сделать счастливым? Печаль­ным? Злым? Гордым? Уверенным? И т. д.

После игры попробуйте ответить на вопросы: Легко или труд­но показалось для вас прокатиться "в чужих санях"? Почему все-таки нам иногда так хочется оказаться не "в своих санках"?

"Поделись со мной секретами"



Психологи утверждают, что в процессе взаимопонимания большую роль играют дистанция и позиции общающихся. Не будем принимать это утверждение на веру, но попытаемся его обыграть.

Форма игры — парная.

Задание: распределите роли — в каж­дой паре должен быть "психиатр" и "кли­ент". "Клиенту" необходимо продумать проблему, которую он собирается решить с помощью своего "психиатра". Поэтому позиция "доктора" не пассивное слушание, но активное включение в процесс решения.

Поставьте стулья таким образом, чтобы при разговоре вы могли видеть лица друг друга. Теперь можете приступить к изложению и решению проблем. Начали!

Затем "психиатры" должны встать на стул, в то время как "клиен­ты" продолжают сидеть. При этом обсуждение не должно преры­ваться.

(Каждый из этапов игры занимает от 3 до 5 минут.)

После игры предлагаются вопросы для обсуждения:

Когда, на ваш взгляд, процесс принятия партнера протекал болей безболезненно? Что вы почувствовали в тот момент, когда оказа­лись разделены пространством в процессе контакта? Какую парал­лель вы можете провести между только что обыгранной ситуацией и ежедневной школьной жизнью?

Игра идет вкруговую. Нужны бумага и ручка для каждого участника.

Задание: сейчас мы займемся эписто­лярным жанром. В конце занятия каждый из нас получит по письму, в написании ко­торого примут участие все присутствую­щие. Но прежде всего, подпишите свой лист в нижнем правом углу (имя, фами­лия — как вам захочется) и передайте его соседу справа.

У вас на руках оказался лист, на котором стоит имя вашего сосе­да. Адресуйте ему несколько слов. Что писать? Все, что вам хочет­ся сказать этому человеку: добрые слова, пожелание, признание, сомнение; это может быть и рисунок... Но ваше обращение должно уложиться в одну-две фразы.

Для того чтобы ваши слова не были прочитаны никем, кроме ад­ресата, нужно загнуть верхнюю часть листка. После этот листок пе­редается соседу справа. А вам таким же образом приходит новый лист, на котором вы можете написать короткое послание следую­щему человеку. Так продолжается до тех пор, пока вы не получите листок с вашими собственными именем и фамилией. Это письмо, сделав круг, побывало в руках каждого из участников, и каждый на­писал вам то, что, может быть, давно хотел сказать.

В результате такого кругового письма каждый из участников об­менивается взаимными "эмоциональными поглаживаниями".

Ведущий советует этот лист сохранить и в трудные моменты жиз­ни заглядывать в него, чтобы вспомнить, каким "веселым", "надеж­ным", "воспитанным", "игривым" и т. д. видят тебя окружающие люди. Таким образом, игра "карусель" имеет еще и пролонгирован­ный психотерапевтический эффект.

Социально-педагогические игры помогают человеку:

лучше узнать себя самого, понять свое отличие от других;

найти и укрепить новые средства и пути для взаимной поддерж­ки людей в групповом взаимодействии (поддерживающие слова и невербальные формы общения, предложение ситуаций, в которых люди не боятся проявить себя, имеют возможность выглядеть так, как хочется самому человеку и т. д.);

развивать такие способности, которые одновременно учат и ли­дирующей роли, и роли рядового участника в ситуациях группового решения;

развивать способность к открытому взаимодействию с миром, сохраняя при этом свою индивидуальность.

**Классный час "Знатоки права"**

**Цель**: Познакомить детей с представлением о том, что они имеют неотъемлемые права, в частности, закрепленные в Конвенции о правах ребенка, научить применять их в жизни.   
  
**Задачи:** 

* познакомить учащихся с основными правами и свободами, изложенными в Конвенции о правах ребенка;
* на примере сказочных героев показать, как нарушаются права человека;
* помочь детям осознать, что нет прав без обязанностей, нет обязанностей без прав.

**Для команд**: 

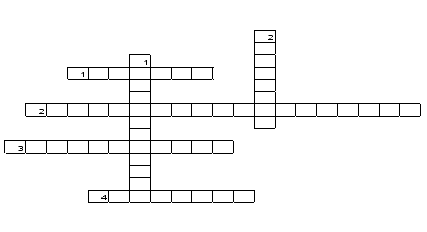
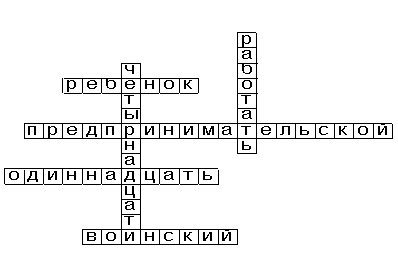
* чистые листы бумаги,
* ручки, карандаши,
* отдельные статьи Конвенции о правах ребенка,
* листы с кроссвордом
* листы с отдельными правами .

Для проведения игры формируются 3 команды. Остальные участники игры составляют группу поддержки, или запасные команды. За правильно выполненное задание, команда получает жетон.   
  
**ХОД ИГРЫ**  
  
*Конвенция о правах ребенка принята 20 ноября 1989 года Организацией Объединенных Наций.*  
  
Сегодня наша встреча посвящена теме “Права ребенка”. Это связано с важной датой. 20 ноября ежегодно отмечается Всемирный день прав ребенка, посвященный принятию очень важного документа – Конвенции о правах ребенка.   
  
Скажите, а кто, прежде всего, проявляет беспокойство о вас, пытается уберечь от неприятностей, создать все необходимые для вашего развития условия, защитить ваши интересы и права? Конечно, ваши родители, семья.   
  
Но о детях заботятся и многочисленные общественные и государственные организации, которые главной своей задачей считают защиту детей. Наиболее авторитетной среди них является ООН (Организация Объединенных Наций). Она возникла после Второй мировой войны, которую развязала фашистская Германия и в результате которой погибло более 50 миллионов человек, было разрушено множество городов, сел и деревень. Люди всего мира осознали, к каким последствиям может привести нарушение прав человека, а именно самого главного права, права на жизнь, что война – самый худший способ решения споров и проблем. Сегодня человечество обладает таким мощным оружием, что Третья мировая война не только не решит все проблемы, но вместе с тем и уничтожит все человечество. Чтобы предотвратить глобальную катастрофу, народы, нации объединились во всемирную организацию – ООН, которая главной своей задачей поставила обеспечение прав человека во всем мире.   
  
Однако не всегда люди помнят уроки истории. По-прежнему где-то происходят военные конфликты, теракты, совершаются преступления, аварии. В них, а также в результате стихийных бедствий, голода и эпидемий, страдают дети. Да и в мирной жизни дети нуждаются в особой заботе и внимании со стороны взрослых. У них есть свои интересы и потребности. Эти обстоятельства были учтены.   
  
20 ноября 1989 года ООН была принята Конвенция прав ребенка. В ней говорится, что государства, подписавшие ее, взяли на себя обязательства заботиться о вас, вашем здоровье, благополучии, образовании и всестороннем развитии”.   
  
***Конвенция* –***международное соглашение, как правило, по какому-то специальному вопросу, имеющее обязательную силу для тех государств, которые к нему присоединились (подписали, ратифицировали).*  
  
В Конвенции 54 статьи. Давайте познакомимся с некоторыми из них.   
  
*Перечень с надписями прав ребенка:*

* Право на жизнь.
* Право на имя при рождении.
* Право на медицинскую помощь.
* Право на образование.
* Право на отдых и досуг.
* Право на индивидуальность.
* Право свободно выражать свои взгляды.
* Право на специальную охрану и защиту.
* Право на заботу и воспитание родителями.
* Право на всестороннее развитие и уважение человеческого достоинства.
* Право на защиту своих прав и законных интересов родителями.
* Право на личную жизнь, семейную жизнь, неприкосновенность жилища, тайну переписки.

**I. Конкурс.**  
  
*(игрок от каждой команды, подходит и выбирает лист на котором, записаны в произвольном порядке права)*  
  
Каждой команде по 4 права. В ходе беседы с учащимися учитель выясняет, как они понимают каждое названное право. После ответа учащихся учитель зачитывает текст статьи. Если ответ верен, команда получает 1 очко. 

* Право на жизнь. *(Ст. 6).*
* Право на имя при рождении. *(Ст. 7).*
* Право на медицинскую помощь. *(Ст. 24).*
* Право на образование. *(Ст. 28).*
* Право на отдых и досуг. *(Ст. 28).*
* Право на индивидуальность. *(Ст. 8).*
* Право свободно выражать свои взгляды. *(Ст. 12).*
* Право на специальную охрану и защиту. *(В преамбуле).*
* Право на заботу и воспитание родителями. *(Ст. 7 окончание).*
* Право на всестороннее развитие и уважение человеческого достоинства. *(Ст. 37а).*
* Право на защиту своих прав и законных интересов родителями. *(Ст. 3).*
* Право на личную жизнь, семейную жизнь, неприкосновенность жилища, тайну переписки. *(Ст. 16).*

**II. Конкурс. Кроссворд.**  
  
***Правовой статус*** – это ваше положение в мире права. Как в геометрии положение определяется тремя координатами, так в праве Ваше положение определяют **права, обязанности и ответственность.**По мере взросления вы получаете новые возможности, набираетесь опыта, а значит, приобретаете новые права, обязанности, ответственность – меняется ваш статус.   
  
  
*Кроссворд*  
  
  
*По горизонтали:*  
  
*1. По конвенции им является каждое человеческое существо до достижения им 18 –летнего возраста.*  
  
*2. С согласия родителей подросток с 16 лет может заниматься ……………. деятельностью.*  
  
*3. Чтобы получить среднее образование, сколько классов должен закончить каждый?*  
  
*4. С 17 лет для каждого юноши добавляется обязанность встать на …… учет.*  
  
*По вертикали:*  
  
*1. С какого возраста наступает уголовная ответственность за особо тяжкие преступления?*  
  
*2. С 14 лет, в свободное от учебы время и с согласия родителей, подросток имеет право ……не более 4 часов в день.*  
  
*Ответы кроссворда*  
  
  
  
  
**III. Конкурс. Викторина “Права литературных героев”.**  
  
*Права литературных героев* 

1. В каких сказках нарушено право на личную неприкосновенность, жизнь и свободу? *(“Красная шапочка”, “Волк и семеро козлят”).*
2. Какой литературный герой мог бы пожаловаться, что нарушено его право на неприкосновенность жилища? *(“Ледяная избушка”).*
3. В какой сказке нарушается право человека владеть своим имуществом? *(“Золотой ключик, или Приключения Буратино”).*
4. Какие литературные герои воспользовались правом на свободу мирных собраний? *(“Белоснежка и семь гномов”, “Квартет”).*
5. В какой сказке нарушено право о том, что каждый человек, где бы он не находился, должен быть защищен законом? *(“Айболит”).*
6. В какой сказке было нарушено право, вступать в брак и создавать семью независимо от своей расы, национальности и религии? *(“По щучьему велению, по моему хотенью”).*

*Ответы на вопросы викторины.*  
  
**IV. Конкурс. “Песня о правах”.**  
  
Звучат песни. Игроки должны сказать, о каких правах идет в них речь. 

1. “В каждом маленьком ребенке” *(право на всестороннее развитие).*
2. “Дуэт Черного Кота и Злого Пирата” *(дружить с тем, с кем хочет).*
3. “Песня бременских музыкантов” *(право на свободу передвижения, мирных собраний)*
4. “Может знает лес” *(право на жизнь. Расторгуев, Княжинская).*
5. “ На крутом бережку” *(право на отдых).*
6. “Наташка-первоклашка” *(право на образование).*
7. “Я служу России” *(обязанность встать на воинский учет.Хворостян).*

**V. Конкурс. Ситуации.**  
  
***Ситуация 1.***  
  
Шестнадцатилетний подросток пришел устраиваться на работу. С ним составляют трудовой договор, назначают день выхода на работу.   
  
*Вопрос.*Имеет ли право несовершеннолетний трудоустроиться?  
  
*Ответ. Да. Несовершеннолетний, с 16 лет, может быть признан полностью дееспособным, если работает по трудовому договор или контракту. При этом родители ответственности за него не несут. Ст. 63 ТК.*  
  
***Ситуация 2.***  
  
На улице шестнадцатилетние парни пристают к прохожим, нарушают общественный порядок и спокойствие.   
  
*Вопрос.*Как вы оцениваете данные действия и можно ли этих подростков наказать?  
  
*Ответ: Да. Это расценивается как мелкое хулиганство (ст. 158). Нецензурная брань в общественных местах, оскорбительное поведение по отношению к прохожим и другие действия, нарушающие порядок и спокойствие граждан – это мелкое хулиганство, и за него предусмотрен штраф до одной минимальной зарплаты, при повторном нарушении – постановка на учет в ИДН.*  
  
  
***Ситуация 3.***  
  
Несколько школьников залезли в гараж, но ничего не взяв и не сделав, ушли. Кто-то их видел и рассказал об этом в милиции.   
  
*Вопрос:*Будут ли ребята наказаны?  
  
*Ответ: Наказания не последует: был добровольный отказ от преступления (ст. 31 УПК).*  
  
**Подведение итогов.**  
  
Каким правом вы пользуетесь сейчас, сидя за партами в школе?  
  
Именно это право – право на образование позволило вам познакомиться с правами ребенка. А книги помогут вам лучше понять их. Читайте книги, в них вы найдете полезные советы, в том числе о том, как защитить свои права.   
  
**Использованная литература:**  
  
Маньшина Н. А. Система работы школы по защите прав и законных интересов ребенка.

**Классный час «Права и обязанности»**  
  
  
Классный час правовой тематики, посвященный Всемирному дню прав ребенка (20 ноября), Конвенции «О правах ребенка».  
  
Права детей учитель запишет на доске, затем в ходе классного часа прочитает детям. Не следует подробно разъяснять суть каждо­го права, лучше сосредоточить внимание на игровых ситуациях, ко­торые побуждают детей к высказываниям, к осознанию своих прав и обязанностей.  
  
Сценарий содержит ряд игровых моментов, которые всегда вы­зывают интерес у детей. Поэтому желательно, чтобы игровые сценки исполнили сами дети. Хотя все реплики может прочесть и учитель.  
  
**Цели:**обобщить знания детей об основных правах ребенка; раз­делить понятия «права» и «обязанности», показать единство прав и обязанностей; сформировать отрицательное отношение к проти­воправным поступкам, побуждать детей к защите своих прав, воспи­тывать уважение к правам других людей; способствовать формиро­ванию активной жизненной позиции.  
  
**Подготовительная работа с детьм**  
Подготовить группу детей, которые будут участвовать в сценках (роли: мама, сын, учитель, ученик, ученица, Маугли, Гарри Поттер). Сценки очень короткие, репетировать их не надо, достаточно раздать детям слова.  
  
Наеремене перед классным часом написать на доске: Права ***и обязанности детей***  
  
20 ноября - Всемирный день прав ребенка   
  
Конвенция «О правах ребенка» (1 989 г.)  
  
Дети - все человеческие существа до 18 лет (статья 1)  
  
Право на жизнь  
  
Право на имя при рождении   
  
Право на медицинскую помощь  
  
Право на образование  
  
Право на отдых и досуг  
  
Право иметь имущество  
  
Право свободно выражать свои взгляды  
  
Право на свободное перемещение  
  
Право на свободу и воспитание родителями  
  
Право на всестороннее развитие и уважение человеческого достоинства   
  
Право на личную жизнь, семейную жизнь, неприкосновенность жилища, тайну переписки  
  
  
**План классного часа**  
  
1. Игра «Имена».  
  
2. Интерактивная беседа «Право на имя».  
  
3. Мини-лекция «Конвенция о твоих правах».  
  
4. Ролевая игра «Юридическая консультация».  
  
5. Разбор ситуаций «Права и обязанности».  
  
6. Подведение итогов (рефлексия).  
  
  
**Ход классного часа**  
  
**I. Игра «Имена»**  
  
Классный руководитель. Ребята, вы должны знать, что 20 ноября - это Всемирный день прав ребенка. В этот день была при­нята международная Конвенция «О правах ребенка».  
  
Сегодня мы и будем говорить о правах детей.  
  
Но сначала мы поиграем в игру «Имена». Каждый из вас по це­почке должен быстро подняться со своего места, назвать свое имя и добавить прилагательное, которое начинается на ту же букву. Я на­чинаю первой.  
  
*Учитель называет свое имя, например: «Анна - аккуратная». Учитель показывает на ученика, сидящего за первой партой, затем на того, кто си­дит за ним, и так по цепочке все дети принимают участие в игре: называют свое имя, добавляя*к *нему прилагательное\*.*  
  
  
**II. Интерактивная беседа «Право на имя»**  
  
Классный руководитель. Ребята, а имеете ли вы право 1 свои имена? Как вы считаете?  
  
Дети. Конечно, имеем.  
  
Классный руководитель. А можете ли вы доказать, что вас зовут именно так, а не иначе? Что вы не присвоили себе чужого имени и фамилии?  
  
Дети. Наши имена, фамилии, даты рождения записаны в свидетельстве о рождении.   
  
Классный руководитель. Да, это так.А что там еще записано, кто знает?   
  
Дети. Там еще записаны имена наших родителей  
  
Классный руководитель. Правильно а еще то что вы являетесь гражданами Беларуси. А это значит, что государство защищает ваши права, в том числе и ваше право на имя. А какие еще есть у детей права? Где они записаны? Кто их утверждал?  
  
***Примерные ответы детей:***  
  
*- В*Конституции, законах, указах и т. п.  
  
- Разрабатывали президент, депутаты и т. п.  
  
  
**III. Мини-лекция «Конвенция о твоих правах»**  
  
Классный руководитель. Ребята, все права детей все­го мира записаны в специальном документе, Конвенции «О правах ребенка». Этот документ приняла 20 ноября 1989 года Организация Объединенных Наций. Это авторитетная международная организация возникла после Второй мировой войны, которая отняла у десятков миллионов людей их главное право - право на жизнь. Чтобы не до­пустить третьей мировой войны, народы всего мира объединились в Организацию Объединенных Наций.  
  
К сожалению, наш мир не стал безопасным: войны, теракты, пре­ступления, аварии, стихийные бедствия, голод и эпидемии. Даже взрослые, сильные люди не могут противостоять этим опасностям, но самыми беззащитными оказываются дети. Они даже в мирной жизни нуждаются в особой заботе и внимании со стороны взрослых. Чтобы защитить права детей, и была принята Конвенция «О правах  
  
ребенка».  
  
Конвенция - это соглашение. Это значит, что все государства, которые подписали эту Конвенцию, согласились защищать пра детей.  
  
Какие же права есть у всех детей мира?   
  
*Учитель показывает на доску, на которой записаны про тает записи.*  
  
  
**IV. Ролевая игра «Юридическая консультация»**  
  
Классный руководитель. Ребята, когда нарушаются наши права, мы обращаемся за консультацией к юристу. Консультация – это совет, разъяснение, а юристы – это люди, которые хорошо знают законы. Получив юридическую консультацию, мы можем защитить себя от произвола и самоуправства. Давайте поиграем с вами в игру «Юридическая консультация». Представьте себе, что вы юристы, вы хорошо знаете права детей (а некоторые из них написаны на доске). И к вам за советом приходят литературные герои. Посмотрите на дос­ку, подумайте, какие права ребенка нарушены и разъясните нашему герою его права. Только, пожалуйста, давая консультацию, ссылайтесь на Конвенцию «О правах детей». Надо начинать так: «Согласно Кон­венции "О правах ребенка"...»  
  
М а у г л и. Так случилось, что я жил долгое время в лесу вместе с дикими зверями, и вот я попал в общество людей. Имею ли я такие же права, как и все дети?  
  
***Примерные ответы детей:***  
  
*-*Конечно, имеете. Согласно Конвенции ребенком является ка­ждое человеческое существо до 18-летнего возраста. Вам еще нет 18 лет, значит, вы ребенок и имеете те же права, что и все дети.  
  
М а у г л и. Но я не умею говорить человеческим языком. Я говорю на языке зверей и птиц. Поэтому люди посадили меня в клетку и об­ращаются со мной как с животным! Имеют ли они на это право?  
  
***Примерные ответы детей:***  
  
*-*Согласно Конвенции «О правах ребенка» никто не имеет права унижать ваше человеческое достоинство.  
  
- Согласно Конвенции «О правах ребенка» никто не имеет права подвергать вас жестокому обращению, насилию и оскорбле­ниям.  
  
- Согласно Конвенции «О правах ребенка» вы имеете право на свободу перемещения.  
  
- Согласно Конвенции «О правах ребенка» вы имеете право на медицинское обслуживание, образование, развитие своих спо­собностей.  
  
Классный руководитель. Да, ребята, согласно Конвенции каждый ребенок, даже в чем-то неполноценный, должен жить в ус­ловиях, не унижающих его достоинства. А теперь подошла очередь другого литературного героя, Гарри Поттера.  
  
Гарри Поттер. Мой опекун постоянно перехватывает и читает письма, адресованные мне. Нарушает ли он при этом мои права?  
  
***Примерные ответы детей:***  
  
*-*Согласно Конвенции «О правах ребенка» каждый ребенок име­ет право на личную жизнь, на тайну переписки.  
  
- Согласно Конвенции «О правах ребенка» каждый ребенок име­ет право на уважение его достоинства.  
  
Классный руководитель. Как вы думаете, ребята, почему права детей не всегда соблюдаются?  
  
*Примерные ответы детей:*  
  
Не все знают права детей.  
  
Не считают детей полноценными людьми.  
  
Не уважают (презирают) детей, считают их глупыми.  
  
Классный руководитель. Да, я согласна с вами, что многие взрослые не считают детей полноправными личностями, не ува­жают детей, поэтому не соблюдают их прав.   
  
  
**V. Разбор ситуаций «Права и обязанности»**  
  
Классный руководитель. Ребята, у каждого человека есть права. Но пользоваться ими можно только тогда, когда не нарушают­ся права других людей. Уважать права других людей - обязанность каждого человека. А всегда ли мы это делаем?  
  
Предлагаю вам посмотреть несколько сценок и дать оценку по­ведению героев.  
  
Чьи права они нарушают? Какие обязанности не выполняют?  
  
*Сценка 1*  
  
Мама. Немедленно сделай музыку потише! Уже полночь, ты весь дом разбудишь!  
  
С ы н. А я имею право на отдых и досуг! Я привык отдыхать с гром­кой музыкой!  
  
Классный руководитель. Пожалуйста, помогите ребенку разобраться, кто здесь не прав.  
  
Дети. Сын нарушает право соседей на отдых в тишине. Он не ува­жает права других людей.  
  
***Сценка 2***  
  
Учитель. Оля, ты сегодня дежурная, вытри, пожалуйста, доску и полей цветы.  
  
Д и м а. Вы не имеете права заставлять меня дежурить! Конвенци­ей ребенка запрещено насилие над детьми!  
  
Классный руководитель. Объясните, пожалуйста, Оле, в чем она не права.  
  
Дети. Кроме прав у Оли есть и обязанности - дежурного (как и всех детей класса). Кроме того есть обязанность уважать права ДРУ­ГИХ людей на чистоту в классе. Ее права действуют, если не нарушаются права других!  
  
***Сценка 3***  
  
Учитель. Иванов, ты опять разрисовал парту в кабинете мате­матики! Ведь дети ее только помыли!  
  
И в а н о в. А что здесь такого? Я имею право на занятия своим любимым делом - рисованием!  
  
Классный руководитель. Кто разъяснит Иванову его пра­ва и обязанности?  
  
Д е т и. А другие имеют право сидеть за чистой партой. Иванов должен уважать права других учеников.  
  
*Сценка 4*  
  
Учитель. Петров, ты почему на математике бегал по классу?   
  
П е т р о в. Ну и что? Я имею право на свободу перемещения!  
  
Классный руководитель. Правильно ли рассуждает Пет­ров?  
  
Дети. Его одноклассники имеют право на образование. А он бе­гал и нарушал их права. Петров не уважает права других людей. *Сценка 5*  
  
Мама. Сынок, а почему ты мусорное ведро не вынес, за хлебом не сходил?  
  
С ы н. Потому что Организация Объединенных Нация запрещает использовать труд детей!  
  
Классный руководитель. Вот такой борец за права ре­бенка! Может быть, он прав? *Примерные ответы детей:*  
  
*-*Нет, он не прав, потому что хлеб он должен купить для себя и мусор вынести - за собой. А это не принудительный труд, а помощь по хозяйству.  
  
- Маме одной трудно вести хозяйство, она тоже имеет право на отдых. Сын должен уважать ее право и помогать ей.  
  
Классный руководитель. Ребята, какой документ очень хорошо знают герои этих сценок?  
  
Дети. Конвенцию «О правах ребенка».  
  
Классный руководитель. А чего они совершенно не зна­ют?  
  
Дети. Они не знают, что обязаны уважать права других людей.  
  
Классный руководитель. Как же примирить свои права с правами других людей?  
  
*Примерные ответы детей:*  
  
*-*Если ты будешь уважать права других, то и твои права будут уважать.  
  
- Нельзя ставить права свои выше прав других людей.   
  
  
**VI. Подведение итогов (рефлексия)**  
  
Классный руководитель. Ребята, понравилось ли вам выступать в роли юристов? Как вы считаете, полезно ли детям знать  
  
свои права?  
  
*Примерные ответы детей:*  
  
Знать свои права очень полезно, это дает уверенность в себе.   
  
Понравилось разбирать ситуации, разъяснять права.   
  
Свои права знать нужно, но нужно помнить и про обязанности, не нарушать прав других людей.

**ТЕСТ: НАСКОЛЬКО ТЫ УВЕРЕН В СЕБЕ**

Ты должен поверить в себя. Уверенность нужна и штангисту, и музыканту, и менеджеру, и хирургу так же, как и фермеру, лектору, водителю, огранщику алмазов… Но что такое «уверенность»? В первую очередь, конечно, это внутреннее состояние, настрой человека, готовность к решению любых жизненных проблем. Если у тебя есть желание понять, насколько ты обладаешь всем этим, то этот тест для тебя.

**Отметь утверждения, с которыми ты согласен.**

1. Большинство людей, по-видимому, агрессивнее и увереннее в себе, чем я.
2. Я не решаюсь назначать сведения и принимать приглашения на свидание из-за своей застенчивости.
3. Признаться честно, люди часто используют меня в своих интересах.
4. Я получаю удовольствие, завязывая разговор с новыми знакомыми и посторонними.
5. Я часто робею перед людьми противоположного пола, которые мне нравятся, не знаю, что сказать.
6. Я испытываю нерешительность, когда надо позвонить по телефону.
7. Мне неловко возвращать покупку, если я обнаружу в ней какой-то изъян.
8. Если близкий и уважаемый родственник раздражает меня, я скорее скрою свои чувства, чем проявлю раздражение.
9. Я избегаю задавать вопросы из страха показаться глупым (ой).
10. В споре я часто боюсь, что буду волноваться, и меня начнет трясти.
11. Я избегаю спорить с продавцами о цене.
12. Если я сделаю что-нибудь важное, стоящее, то обязательно постараюсь, чтобы об этом узнали другие.
13. Я откровенен (на) и искренен (на) в своих чувствах.
14. Если кто-то распространяет обо мне сплетни,я стремлюсь быстрее найти его, чтобы поговорить обо мне.
15. Часто мне трудно сказать «нет».
16. Я склонен (на)сдерживать проявление своих эмоции, избегаю устраивать «сцены».
17. Я всегда быстро высказываю свое мнение.
18. Бывают случаи, когда я просто не могу ничего сказать.

**Ключ к тесту.**

Подсчет очков. Начисляй по два очка за согласие с утверждениями 4,8,12,13,17, и за несогласие с утверждением 1,2,3,5,6,7,9,10,11,14,15,18.

***Если сама меньше 10 очков***,то ты человек застенчивый и недостаточно уверен в себе. Тебе трудно высказывать свои чувства и желания, и поэтому другие могут навязывать тебе свое общество, оттеснить при получении каких-либо материальных благ, подчас даже не замечая этого, ущемить в чем-то твои права. Вместе с тем тебе свойственны вспышки агрессивного поведения в отношении людей, зависимых от тебя.

***Сумма от 10 до 20 очков,*** тебе свойственна средняя степень уверенности. Ты можешь дать отпор тем, кто пытается ущемить твои интересы или нарушает правила и не соблюдает обязательств, но для этого тебе все, же надо чувствовать себя несколько «заведенным (ой)». В противном случае ты предпочитаешь терпеть и молча злиться, не решаясь вступить в конфликт. У тебя есть возможность быстро обучиться вести себя «в манере уверенного человека» с помощью социально –психологического тренинга.

***Сумма больше 20 очков,*** у тебя высокий уровень уверенности, и возможно(при сумме свыше 25 очков), что ты в полнее уверенный в себе человек. Тебе присущи такие качества, как спокойствие, умение владеть собой в любой ситуации, способность высказывать свои взгляды, чувства, желания, не обижая окружающих и не вступая с ними в постоянные конфликты. Ты не терпишь ущемления своих прав, но способен их восстановить не взрывами неконтролируемой агрессии или жалобами и просьбами, а решительными и в то же время корректными, социально приемлемыми действиями. Ты способен контролировать чувства, мысли, проявлять свою индивидуальностью.

**7 СТУПЕНЕК К СЕБЕ!**

1. ***Будь добр и вместе с тем настойчив.***

Быть уверенным в себе не значит быть пассивным, агрессивным или надменным. Это золотая середина между уважением к другому человеку (доброта) и уважением к себе (настойчивость).

1. ***Не надо недооценивать свои силы.***

Ты думаешь о том, что другие могут сделать, и не замечаешь возможности самому улучшить ситуацию. Но ты можешь многое! Начни с трезвого анализа ситуации. Взвесь все возможности шаги и их последствия. Делать надо то, за что потом не будет стыдно. Попробуй, и у тебя получится – например, не сквернословить, не плевать, не оставлять за собой мусора, не курить, не огрызаться…У тебя получится быть человеком.

1. ***Посмотри со стороны.***

Наша поза, тон голоса, взгляд, жесты, движение – всё вместе говорит окружающим о том, какого отношение мы от них ждём. Своей нерешительностью мы иногда сообщаем: «Запугайте меня…». А своей развязностью и бескультурьем некоторые просто кричат окружающим: « Я только что слез с дерева! Я ещё первобытный человек, который понятия не имеет, как себя ведут в обществе».

1. ***Не обижай людей.***

Старайся не говорить человеку обидных вещей. Измени поведение(тон голоса, слова и т.д.), когда чувствуешь, что человек начинает защищаться (оправдывается или выражает неприязнь). Относись к людям так, как хотел бы, чтобы относились к тебе. Всё сразу встанет на свои места. Вот увидишь!

1. ***Ожидай результатов.***

Часто мы недооцениваем свои действия. Если мы не надеемся убедить человека, то неуверенность проявится в нашем голосе. А того, кто обманывает, всегда выдают глаза. Уверенность бывает тогда, когда человеку не надо фальшивить. Тот, кто совершает некрасивый, нечестный поступок, должен быть готов к его последствиям.

1. ***Ищи варианты.***

Обычно, если ты видишь только ограниченное число вариантов действий в сложной ситуации, это значит, что ты на самом деле пытаешься избежать решение проблем. Ты просто не хочешь поразмыслить над поиском выхода.

1. ***Откладывание решений.***

Помни о том, что, откладывая решение, ты предоставляешь случаю управлять твоей жизнью. Такое поведение может быть оправдано, если ты предпочитаешь полагаться на слепую волю судьбы или захотел поразмыслить, принял ли ты смелое решение или оно основано на страхе и разочаровании. Тогда отложи решение и хорошо подумай.

**ЧТО ТАКОЕ «ИНТЕРЕСНАЯ ЖИЗНЬ».**

Тебе необходимо направить свою энергию на то, что сделает жизнь наполненной и радостной. Окружающие от тебя не отвернулись, они хотят, но пока не могут найти общий язык с тобой. А ты – с ними. Тебе нужно что – то, что поможет по – новому видеть и мир, и людей, и себя. Есть неплохие варианты пути к этой цели.

***Участие.***

Можно получать огромное удовлетворение от жизни, если участвовать в каком – то хорошем деле, которые захватит тебя и увлечёт за собой. Это могут быть занятия спортом, технический кружок, обустройство детской площадки во дворе…. Оглянись вокруг – и такое дело непременно отыщется!..

***Помощь другим.***

Сконцентрируйтесь на том, чем ты можешь быть полезен окружающим, а своём внешнем виде, о своём здоровье.

***Сотрудничество.***

Мы должны перестать натравливать людей друг на друга. Мы должны научиться подбадривать, вместо того что бы унижать.

***Радость.***

Получай удовольствие от всего, что происходит в твоей жизни, будь то поход в горы или урок, который ты извлёк из собственной ошибки.

***Ответственность.***

Бери ответственность за всё, что происходит в твоей жизни. Если кто – то опоздал на встречу с тобой, спроси себя: «Что я смог сделать такого, что ему захотелось опоздать?» или: « В чём я похож на этого человека? Выполняю ли я обязательства?»

***Открытость.***

Делись с людьми своими мыслями и чувствами. Некоторые говорят о себе, и это становится скучным. Рассказывай о себе так, чтобы другие смогли от тебя чему – то научиться.

***Цель.***

Цель – это важная составляющая полноценной жизни. Если ты не знаешь, чего хотеть, ты ходишь неприкаянный, не получая радости и удовлетворения. Многие люди, у которых нет цели в жизни, ищут удовлетворения бесполезными или разрушительными методами. В чём же смысл жизни? Только ты сам можешь ответить на этот вопрос. То, что ценно для человека, может быть совсем неважно для другого. Чтобы найти свой ответ, задай себе два вопроса.

Что нужно этому миру, чтобы нам приятнее было в нём жить?

Какой вклад ты смог бы внести в достижение этой цели?

Твои ответы могут меняться с течением времени, а могут стать твоими ориентирами на всю жизнь. Ты, возможно, захочешь ответить на эти вопросы. Сделай это, потом в течение дня или недели посмотри, как ты себя чувствуешь, и затем, если нужно, измени ответы. Теперь, когда у тебя есть цель, хорошо бы научиться следовать ей. Дай себе обязательство. Это означает посвятить себя достижению цели. Вложи свою душу в это дело. Чтобы укрепить своё обязательство, проведи следующий эксперимент. В течение десяти минут в день думай: «Что бы я ни делал, этим всё рано ничего не добиться» или: «Кому это нужно? Даже нечего и пытаться!» в следующие десять минут измени ход мыслей: «То, что я делаю, имеет огромное значение. Я ценный человек». Какие десять минут тебе понравились больше? Многие из нас просто плывут по течению, прожигая жизнь день за днём. Цель, мечта, приверженность идее делают жизнь значительно красочнее и интереснее.

**ТЫ МОЖЕШЬ ПОБЕДИТЬ СВОИ СЛАБОСТИ!**

Если твоё поведение, твой характер твои вредные привычки мешают тебе, только сила воли поможет измениться в лучшую сторону. Вот несколько шагов постепенного процесса изменения:

**Признай или допусти. Что все проблемы – в тебе самом.**

Да, ты не хочешь допускать и мысли о том, что у тебя что – то не получается, попросту не позволяешь себе чувствовать боль, которая, поверь, есть в каждом из нас. Ты поступаешь так потому, что боишься изменений. Несмотря на то, что со свои характером ты наживаешь неприятности, но понятия не имеешь, что отчаянно сопротивляешься.

**Определи, чем ты расплачиваешься за своё поведение.**

Определи цену, которую тебе приходится платить за своё поведение, поступок. Тебя сторонятся, потому что ты можешь кого – то оскорбить и обидеть? Тебе не доверяют, потому что ты можешь обмануть? Тебя не зовут на праздник, потому что ты можешь грубостью и развязностью испортить всем настроение? У тебя нет настоящего друга? Но умеешь ли ты сам дружить, готов ли помочь в трудной ситуации – в том числе и удержать от ошибку?

**Точно реши, что ты хочешь в себе изменить.**

Казалось бы, проще простого. Тем не менее, это самый трудный шаг. Ты думаешь, что хочешь измениться, и даже понимаешь, что это необходимо, но не знаешь, с чего начать. Начни с ответа на вопрос, что именно ты хочешь в себе изменить, от каких плохих черт характера отказаться.

**Осознай цель своего поведения.**

Тебе никогда не приходили в голову такие слова: «Наверное, я сумасшедший, раз так поступаю»? Вспомни случаи, когда ты вёл себя так, что потом самому было и странно, и страшно, и стыдно. Покрути в памяти ситуацию, когда ты проявлял эту «неуправляемую» черту характера. Чтобы изменить своё поведение, необходимо как можно лучше изучить слабые стороны. Тогда перемена пойдёт быстрее.

**Осознай, что теперь у тебя есть выбор.**

Дальше вести себя таким образом или как – то это изменить. Ты обнаружишь, что преодолел какую – ни будь проблему, расстался с какой – то вредной привычкой (например, с курением) либо осознал свои действия вовремя, когда ещё можно что – то исправить. Ты можешь работать над собой, можешь контролировать свои действия. Значить, у тебя есть выбор!..